Atlântico Expresso

Fundado por Victor Cruz - Director: Américo Natalino de Viveiros - Director-Adjunto: Santos Narciso - 9 de Setembro - Ano: XXXII - N.º 1990 - Preço: 1 Euro - Semanário

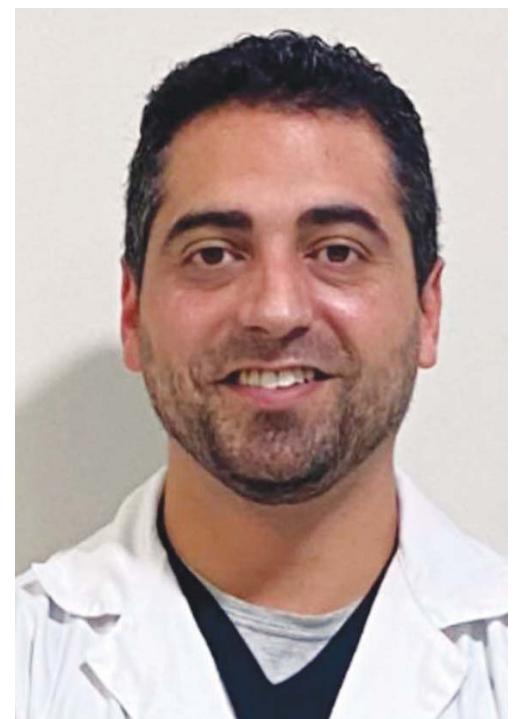
Secretário da Cooperativa Solidária fala da pesca na freguesia

Armadores da Ribeira Quente em dificuldades pela falta de contratos com as conserveiras e perda de pescadores que preferem trabalhar na restauração nas Furnas

Segundo Nuno Raposo, a situação da pesca na Ribeira Quente é idêntica à que se vive em São Miguel, há uns barcos que conseguem ter maior rendimento porque vão mais longe, isto é, conseguem pescar em outras ilhas, e os barcos de boca aberta, que fazem a pesca mais perto da costa, vão conseguindo sobreviver. A questão das quotas de pesca «corta muito as pernas» aos nossos pescadores". Isto é, quando há quota "os rendimentos dos nossos pescadores aumentam porque as espécies de grande valor, como o alfonsim e o imperador, permitem grande valor comercial em lota. Estas não são as únicas espécies capturadas, mas, sem dúvida, são as que permitem maior rendimento. Neste momento, a pesca do alfonsim há alguns meses está fechada, a pesca do imperador está aberta, mas há pouco para apanhar. É uma espécie que o seu valor no mercado atinge valores muito alto. Por exemplo, na última semana chegou a atingir em lota valores entre os 35 e os 40 euros. (...)

Pág.3

Ter acompanhamento é essencial

Ter hemorróidas é comum na gravidez e não deve ser motivo de vergonha, diz o Ginecologista Óscar Rebelo do HDES

Pág.4

Encontros Sonoros Atlânticos com quatro obras inéditas de Francisco Lacerda em ciclo de concertos em Lisboa e Açores

Pág. 5

Há docentes a queixarem-se de que há falta de verbas para compra de material escolar

Novo ano lectivo arranca nos Açores com falta de professores e operacionais, mas a tutela diz-se atenta aos problemas

Nos Açores, o ano lectivo arranca hoje. Há escolas ainda com falta de professores e falta de operacionais para dar resposta cabal às necessidades. A tutela diz-se atenta aos problemas, mas também elenca as melhorias verificadas na Educação nos Açores. Também este ano, O Ministério da Educação, Ciência e Inovação apresentou o novo modelo de avaliação externa dos alunos, a vigorar a partir do próximo ano lectivo, com o objectivo de melhorar a monitorização da qualidade da aprendizagem e, por conseguinte, contribuir para as estratégias escolares de melhoria da aprendizagem, assim como para a orientação das políticas públicas.

Pág.3

Cooperativa Solidária da Ribeira Quente faz o diagnóstico das dificuldades dos armadores com a falta de contratos com as conserveiras, as quotas de pescado e a falta de mão-de-obra

A situação da pesca na Ribeira Quente é idêntica à que se vive em São Miguel, há uns barcos que conseguem ter maior rendimento porque vão mais longe, isto é, conseguem pescar em outras ilhas, e os barcos de boca aberta, que fazem a pesca mais perto da costa, vão conseguindo sobreviver. A questão das quotas de pesca «corta muito as pernas» aos nossos pescadores", diz Nuno Raposo, Secretário da Cooperativa de Economia Solidária de Pescadores da Ribeira Quente.

A Cooperativa de Economia Solidária de Pescadores da Ribeira Quente, com 25 anos de existência, sediada em instalações cedidas pela Lotaçor, é responsável pela gestão dos portos de pesca da Ribeira Quente e da Povoação, embora neste último porto o volume de pesca seja residual ou quase inexistente. A descarga do pescado dos pescadores povoacenses é feita na Ribeira Quente. "Contudo, se é necessária alguma reparação no Porto da Povoação somos os responsáveis e cabe-nos a nós fazer a intervenção", garante Nuno Raposo, Secretário da Cooperativa.

A seu cargo também têm o posto de recolha de pescado, através de um protocolo com a Lotaçor, acondicionam-no em frio, sendo que pelas 21h00 de cada dia é recolhido e transportado da Ribeira Quente para a Lota de Ponta Delgada, onde se realiza a venda na manhã seguinte. "Na época de Verão há sempre peixe para ir para a lota. Por vezes, nem todos os barcos vão ao mar, mas há sempre descarga de pescado", garante o entrevistado.

A pesca na Ribeira Quente valeu o ano passado um pouco mais de um milhão de euros e este ano preconiza-se que ultrapasse este valor, tendo em conta os valores destes oito meses, "porque embora haja menos quantidade de pescado o valor de venda por quilo em lota tem sido superior".

Segundo Nuno Raposo, a situação da pesca na Ribeira Quente é idêntica à que se vive em São Miguel, há uns barcos que conseguem ter maior rendimento porque vão mais longe, isto é, conseguem pescar em outras ilhas, e os barcos de boca aberta, que fazem a pesca mais perto da costa, vão conseguindo sobreviver. A questão das quotas de pesca «corta muito as pernas» aos nossos pescadores". Isto é, quando há quota "os rendimentos dos nossos pescadores aumentam porque as espécies de grande valor, como o alfonsim e o imperador, permitem grande valor comercial em lota. Estas não são as únicas espécies capturadas, mas, sem dúvida, são as que permitem maior rendimento. Neste momento, a pesca do alfonsim desde há alguns meses está fechada, a pesca do imperador está aberta, mas há pouco para apanhar. É uma espécie que o seu valor no mercado atinge valores muito altos. Por exemplo, na última semana chegou a atingir em lota valores entre os 35 e os 40 euros. Este tipo de peixe é para exportação devido aos valores de mercado", confirma Nuno Raposo.

Há quatro embarcações na Ribeira Quente que estão na pesca do bonito (atum) que aparece em quantidade razoáveis, contudo "o escoamento deste tipo de pescado não tem dado o rendimento de anos anteriores. Antes, havia contrato dos armadores da Ribeira Quente com as conserveiras. O bonito era vendido para as fábricas a 1.60 euros por quilo. Agora, estes contratos não têm sido feitos com os armadores, o que tem impacto no rendimento, pois o peixe vai para a lota e o valor desce drasticamente, chegando a variar o quilo entre os 80 e os 90 cêntimos", conta-nos o nosso interlocutor. Portanto, o rendimento agora é baixo, pois "como há muita quantidade de bonito o valor em lota desce e se continuasse a haver o contrato com as fábricas o valor era fixo. Isso faz toda a diferença no rendimento mensal do armador e faz com que tenha menos vontade de ir à pesca desta espécie", reafirma.

Nuno Raposo, Secretário da Cooperativa de Economia Solidária de Pescadores da Ribeira Quente que no passado dia 7 de Maio assinalou 25 anos de existência ao serviço dos homens do mar

Numa altura em que os rendimentos continuam baixos, Nuno Raposo é de opinião de que "se os armadores recebessem propostas venderiam as suas embarcações. Mas não está em causa só o dinheiro, a falta de mão-de-obra no sector piscatório é também um agravar das dificuldades. Somos uma terra de pescadores, mas as pessoas quando podem deixam a pesca e a restauração está a absorver esta mão-de-obra. A nossa vizinha freguesia de Furnas está a ficar com esta mão-de-obra jovem e conseguimos perceber que as pessoas abandonem esta actividade. Percebemos porque na restauração o rendimento ao fim do mês é sempre garantido e na pesca não o é.

Quanto os pescadores mais velhos da Ribeira Quente estes têm optado por ir para a safra do atum, de Abril a Outubro, em atuneiros de São Miguel e da Madeira". A continuar assim, diz Nuno Raposo, "a solução passará por contratar pescadores estrangeiros, porque no caso da Ribeira Quente há muitos poucos homens no mar. Os armadores para irem para o mar precisam de pescadores". Em terra também havia no porto da Ribeira Quente três senhoras a trabalhar nos aparelhos da pesca, mas "também elas optaram pela restauração".

A Cooperativa também explora um posto de abastecimento de gasóleo. "Para os nossos armadores isso é uma mais-valia porque conseguimos fazer a venda a crédito. Eles fazem o abastecimento e fazem o pagamento quando recebem o dinheiro da venda do pescado. Se a venda não for boa, conseguimos aguardar pelo pagamento mais uns dias. Isso ajuda muito", diz Nuno Raposo.

No pós-pandemia, foi aberto um Gabinete em Vila Franca do Campo que auxilia os armadores e que neste momento tem 35 associados. Ou seja, "tratamos de toda a burocracia dos armadores e pescadores. Podemos dizer que «só não vamos pescar», de resto tratamos de todos os papéis necessários na vida de um pescador e armador".

Na Ribeira Quente, o pórtico (uma espécie de grua) está avariado, o que impede a subida e a descida da embarcação no porto, e isso "causa grande transtorno". Quando há mau tempo, os armadores para colocarem a seco as suas embarcações de maior porte - cerca de 8 embarcações - têm de o fazer em Vila Franca do Campo. Contudo, dependendo da ondulação e da direcção do mar, por vezes conseguem abrigar as embarcações no porto da Povoação. Quando é para fazer alguma manutenção, pela falta do pórtico, não conseguem fazê-lo nem na Ribeira Quente nem na Povoação, mas sim em Vila Franca do Campo. "O processo continua em análise na Secretaria Regional do Mar. Cabe ao Governo arranjar uma solução para aquele pórtico, cuja reparação varia entre os 120 e os 170 mil euros", diz-nos Nuno Raposo.

Na vertente social, existe uma lavandaria e duas lojas solidárias, uma na Ribeira Quente (aberta em 2012) e outra na Vila da Povoação (aberta em 2022). "As pessoas doam-nos roupa e calçado, fazemos o tratamento na nossa lavandaria e posterior venda com preços simbólicos", refere o nosso entrevistado. Tanto na lavandaria como as lojas sociais estão abertas a toda a população "e os preços são convidativos", diz ainda.

As vendas feitas nas lojas sociais revertem para o Núcleo de Acção Social da Povoação que serve para acudir algumas pessoas do concelho em situação de emergência, como medicação e/ou alimentação. "A cooperativa não tem qualquer responsabilidade na atribuição deste dinheiro às pessoas mais carenciadas. Essa avaliação é feita pelo Núcleo de Acção Social da Povoação a quem cabe avaliar as necessidades de quem procura apoio e só para urgências e em situações pontuais", regista o entrevistado

Nélia Câmara

Novo ano lectivo arranca hoje nos Açores ainda com falta de professores e operacionais, mas a tutela diz-se atenta para resolver os problemas

Inicia-se hoje um novo ano lectivo nos Açores. Também este ano é implementado o novo modelo de avaliação externa dos alunos valoriza a comparabilidade dos resultados no Ensino Básico entre anos lectivos e entre anos de escolaridade, seguindo a tendência internacional de monitorização da aprendizagem, que será inovadora em Portugal. Por outro lado, é também reforçado o recurso ao digital nos processos de avaliação e classificação, com garantias de equidade", segundo o Governo da República.

O novo ano lectivo 2024/25 arranca hoje nas escolas dos Açores. Em algumas escolas da região, como por exemplo a Básica e Integrada dos Ginetes, a recepção dos alunos e pais foi feita na passada Sexta-feira, e hoje já começam as aulas. Em outras escolas, a recepção é feita hoje e o início das aulas amanhã. Mas se está tudo pronto para que os meninos e meninas comecem o ano lectivo, ainda há algumas escolas em que há falta de professores e, portanto, nem todos estão no mesmo patamar. Há também professores a queixar-se de que não há verba para compra de material e não sabem como vão desenvolver os seus projectos de trabalho em sala de aula. "pedir aos pais está fora de questão", diz-nos uma educadora, porque "não é legal nem é moralmete aceite que se faça isso estando nós numa escola pública".

Tanto o Bloco de Esquerda como o Partido Socialista acusaram o Governo de não ter preparado o ano lectivo com antecedência, porque ainda há falta de professores e de assistentes operacionais para dar resposta cabal às necessidades dos profissionais.

A Secretária Regional da Educação, Sofia Ribeiro, não admite as críticas e justificou no Portal do Governo que na sequência da primeira fase de colocações de docentes para o próximo ano, houve 88 vagas que ficaram por prover, nessas mesmas disciplinas há 460 disponibilidades de docentes devidamente profissionalizados que podem obter uma colocação nas fases subsequentes. Destas, houve seis vagas para o Corvo e 22 para as Flores que foram lançadas a novos concursos, aos quais se apresentaram, nesta fase que agora decorre, 92 candidatos.

"Este é um processo que continuamos a acompanhar, no sentido de exponenciarmos as possibilidades de as necessidades das escolas serem providas pelos docentes profissionalizados que não obtiveram colocação na fase inicial", sustenta a governante.

Naturalmente, a falta de docentes é uma preocupação do Governo dos Açores, que desde a primeira hora desenvolveu uma série de iniciativas para tornar a profissão mais atractiva. Ao contrário dos governos socialistas, que puserem termo aos estágios profissionais remunerados, o Governo da coligação restaurou um modelo em que os professores, no último ano da sua formação inicial, passaram a receber um vencimento e a contar o tempo de serviço pelo trabalho que prestam nas escolas.

Em paralelo, os alunos dos cursos via ensino passaram a usufruir de bolsas para o apoio às suas propinas, nos grupos de docência mais carenciados, tendo este Governo implementado, também, apoios para compensar os sobrecustos com os estágios na Região, incentivando alunos de outras zonas do país a iniciarem a sua carreira nos Açores.

Na sequência destas políticas, este ano lectivo, haverá 57 alunos de mestrados em ensino a fazer o seu estágio nas escolas dos Açores. Para além disso, foram introduzidas profundas alterações ao Estatuto da Carreira Docente nos Açores, com a recuperação integral do tempo intercarreiras, com a introdução da equidade de horários de trabalho aos educadores de infância e professores do 1.º ciclo e pondo termo a situações em que os docentes eram mais penalizados do que os restantes trabalhadores da administração pública, no que respeita a condições laborais.

Novo modelo de avaliação externa dos alunos a partir de 2024/2025

O Ministério da Educação, Ciência e Inovação apresentou o novo modelo de avaliação externa dos alunos, a vigorar a partir do próximo ano lectivo, com o objectivo de melhorar a monitorização da qualidade da aprendizagem e, por conseguinte, contribuir para as estratégias escolares de melhoria da aprendizagem, assim como para a orientação das políticas públicas.

Pelo seu carácter obrigatório e universal, a avaliação externa é uma parte fundamental do sistema educativo e deve ser também um instrumento ao serviço das escolas e dos professores, para robustecer o diagnóstico atempado das áreas a melhorar.

No novo modelo destacam-se: Provas de Monitorização da Aprendizagem (ModA) no 4.º e 6.º anos a Português, a Matemática e a uma disciplina rotativa a cada três anos, tal como previsto no Programa do Governo.

Comparabilidade de resultados no Ensino Básico, que permitirá monitorizar a evolução da aprendizagem ao longo do tempo.

Classificação electrónica em todos os ciclos do Ensino Básico e, no Ensino Secundário, a partir de 2025/2026, após piloto no próximo ano lectivo. E valorização do formato digital nos processos de avaliação com garantias de equidade.

O modelo até agora em vigor apresenta diversas falhas, revelando falta de fiabilidade e de utilidade, bem como incapacidade de monitorizar a aprendizagem: Não informa sobre a aprendizagem no final de cada ciclo de ensino; Os resultados não são atempadamente partilhados com as escolas; A escala de classificação das provas de aferição em categorias prejudica o escrutínio público; Não permite construir tendências sobre a aprendizagem dos alunos pela falta de comparabilidade das provas; As provas de aferição não são valorizadas pelas comunidades educativas.

Este modelo impossibilitou um diagnóstico claro da perda de aprendizagem durante a pandemia, a definição de medidas de recuperação e a sua avaliação.

Segundo o Governo, o novo modelo de avaliação externa dos alunos valoriza a comparabilidade dos resultados no Ensino Básico entre anos lectivos e entre anos de escolaridade, seguindo a tendência internacional de monitorização da aprendizagem, que será inovadora em Portugal. Por outro lado, é também reforçado o recurso ao digital nos processos de avaliação e classificação, com garantias de equidade.

São princípios orientadores do novo modelo: Avaliação no fim de todos os ciclos de ensino (4.º, 6.º e 9.º anos e no Ensino Secundário); Comparabilidade dos resultados no Ensino Básico — provas deixam de ser públicas para serem utilizados itens âncora de ano para ano; Avaliação em suporte digital no Ensino Básico, com mecanismos para garantia de equidade; Classificação electrónica em todos os níveis de ensino; Monitorização e reporte atempado (relatórios de alunos e escolas disponibilizados antes do novo ano lectivo; relatórios nacionais divulgados em Novembro; dados para escrutínio público até ao fim do ano civil).

Para garantir aos alunos e professores uma transição tranquila para este novo modelo de avaliação e para garantir a equidade na avaliação em formato digital, serão implementadas várias medidas, entre as quais:

Garantia de que alunos passam, durante o ano lectivo, um número mínimo de horas a realizar tarefas na plataforma do IAVE (Instituto de Avaliação Educativa);

Provas-ensaio a meio do ano lectivo, nas disciplinas com provas digitais ou híbridas, para familiarização atempada com o formato digital;

Possibilidade de as provas-ensaio contarem para a classificação interna, em regime voluntário, no âmbito da autonomia das escolas.

O Ministério da Educação, Ciência e Inovação cumpre assim mais um objectivo do Programa do Governo, melhorando consideravelmente a monitorização das aprendizagens e implementando processos de avaliação e de classificação de provas mais equitativos e eficazes.

O novo modelo monitorizará a evolução das aprendizagens dos alunos e permitirá às escolas aprimorar as suas estratégias de melhoria dessas aprendizagens, lê-se na nota do Executivo da República. **N.C.**

A retabilidade do serviço público

ORLANDO FERNANDES

Montenegro foi ao Pontal acrescentar promessas a uma lista que tarda em sair dos PowerPoints. A última foi um passe ferroviário mensal, do qual pouco se sabe para além do preço. Os detalhes serão conhecidos em setembro, quando Pinto Luz apresentar mais um pacote, fazendo esquecer a inconsequência do da habitação. O pináculo da propaganda foi o vídeo do ministro a gabar-se de que "depois de, em maio, termos apresentado a estratégia do Construir Portugal, em junho e julho termos assinado os contratos com todos os municípios do país, hoje entregamos casas no Entroncamento e na Figueira da Foz". Apesar da rapidez a construir casas construídas por outros, é no terreno que se avalia o impacto das propostas. E a desconfiança começa no facto de o passe que existe não ter tido o apoio do PSD.

A ideia nasceu na Alemanha, onde é possível viajar em todo o país por 49 euros mensais. Foi uma resposta à quebra de passageiros depois da pandemia. Dois anos depois, aderiram 11 milhões e o número de passageiros nos comboios regionais cresceu 28%. Mesmo assim, houve menos 750 milhões de viagens do que em 2019. Ou seja, o aumento da procura não chega para a capacidade instalada. Nada disto acontece em Portugal, onde este passe proposto pelo Livre e aprovado pela esquerda, está em vigor desde 2023 e cujo alargamento dependia do reforço da oferta e das compensações, o que não aconteceu. Só 13 mil aderiram a um título circunscrito aos comboios regionais e metade já tinha outro passe. O anterior secretário de Estado explicou que se tentou que o passe mensal se orientasse para serviços com pouca procura. Há 25 anos que a companhia não fazia tantas viagens como em 2023 – 173 milhões, um acréscimo de 54% face a 2015.

O problema é que a CP foi fechando linhas e a primeira grande aquisição de novos comboios (117), decidida por Pedro Nuno Santos, está submersa em litigância, graças a leis que dão a privados desavindos o poder de bloquear qualquer investimento público.

A proposta da AD é diferente e serão bem diferentes as consequências. Montenegro falou num passe de 20 euros que permitirá viajar de Braga a Faro, o que inclui tudo menos o Alfa.

O Intercidades garantiu uma receita de 49 milhões de euros em 2022 e o Alfa Pendular 45 milhões. São a segunda e terceira fontes de receitas da empresa. Integrar este serviço no passe mensal resultará numa perda financeira que dificilmente será compensada.

É verdade que o Alfa, único serviço sem compensação do Estado, não estará integrado no passe. Mas com o Intercidades Lisboa-Porto a 20 euros por mês o Alfa seria canibalizado. A quebra de receita, que facilmente se transformaria num desastre financeiro e para o qual não se conhece qualquer estudo de impacto, seria muito superior à do acréscimo de novos passageiros, para os quais, aliás, não haveria capacidade de resposta.

Durante décadas, o Estado deixou as empresas de transporte ao abandono, subfinanciadas e obrigando-as a endividarem-se, gerando uma espiral que levou à destruição de linhas, envelhecimento do material circulante e degradação do serviço. Uma degradação usada como argumento para privatizar, como Pinto Luz tentou com os transportes urbanos de Lisboa e Porto, processo travado pela ´geringonça´, que saldou dívidas e reforçou investimento.

A expansão do Metro do Porto e a criação da Carris Metropolitana provam que a privatização seria um erro. Quanto à CP, ficou em condições de investir e ter com o primeiro Contrato de Serviços Público (2020/30), os primeiros dois anos de lucro. É a solidez financeira e a previsibilidade de um contrato a 10 anos que permite iniciar a expansão e a compra de material circulante. E essa deveria ser a prioridade. Sem isso, podem baixar o preço à vontade. Se as pessoas tiverem de esperar duas horas entre comboios, como acontece no Algarve (que está longe de ser a pior linha regional), vão continuar a escolher o rodoviário.

Quando sabemos de uma decisão de Pinto Luz, temos de pensar em que negócio acabará. O negócio é, desta vez, a alta velocidade. O ministro já disse que a CP comprar comboios para atingir uma quota de 80% na alta velocidade, objetivo do anterior Governo que não anda longe do que existe na Alemanha, "não é saudável para o mercado".

A preocupação com os interesses privados deve ser acompanhada pelo seu adjunto, um dos consultores que realizou o plano de negócios da Barraqueiro para a alta velocidade entre Lisboa Porto. A proposta do ministro para a CP é retirar rentabilidade às linhas que financiam o serviço público e recuar na presença da CP na futura alta velocidade. Não é preciso fazer muitas contas para perceber o que está no fim desta linha. Basta recordar o que Pinto Luz andou a fazer nos últimos meses do Governo de Passos.

Ter hemorróidas é comum na gravidez e não deve ser motivo de vergonha, diz o Ginecologista Óscar Rebelo do HDES

"Para prevenir ou tratar as hemorróidas, é recomendável que a grávida adopte alguns cuidados ao nível da alimentação e um estilo de vida saudável. Deste modo, a gravidez poderá decorrer de forma mais tranquila, no que toca às hemorróidas, sobretudo através da prevenção. Por outro lado, é importante que estas medidas sejam sempre acompanhadas pelo médico assistente, pois dependem do quadro clínico que a gestante apresente", salienta Óscar Rebelo, Ginecologista e Obstetra do HDES.

Ter hemorróidas na gravidez é algo que acontece a muitas mulheres, mas a maioria ainda sente vergonha ao falar com um profissional de Saúde. É, por isso, fundamental esclarecer que pode ser possível prevenir e tratar esta patologia se priorizar alguns cuidados ao nível da alimentação e adoptar um estilo de vida saudável.

As hemorróidas são veias localizadas na região do ânus e, quando são submetidas a uma elevada pressão, podem inflamar, provocar comichão, dor, perdas de sangue e exteriorização, conduzindo a uma crise de Doença Hemorroidária. Isto pode derivar de diversas causas, como a obstipação, a obesidade, o envelhecimento, fatores hereditários, o sedentarismo e... a gravidez!

Desenvolver hemorróidas na gravidez é uma realidade na vida de muitas mulheres que, na sua maioria, ainda sente um certo constrangimento em falar do tema com um profissional de Saúde. Não há que ter vergonha porque é comum a grávida desenvolver Doença Hemorroidária, especialmente no terceiro trimestre e durante o trabalho de parto

Durante a fase de gestação, frequentemente, surgem alguns dos principais sintomas de hemorróidas, nomeadamente: desconforto ou dor na região anal; prurido; exteriorização (prolapso) das veias hemorroidárias; e hemorragia durante a defecação.

Além disso, existem outros fatores de risco a ter em consideração como: a pressão exercida sobre as veias hemorroidárias, motivada pela pressão do feto; o aumento temporário de peso; a obstipação e o esforço exercido nas veias hemorroidárias durante a defecação.

"Para prevenir ou tratar as hemorróidas, é recomendável que a grávida adopte alguns cuidados ao nível da alimentação e um estilo de vida saudável. Deste modo, a gravidez poderá decorrer de forma mais tranquila, no que toca às hemorróidas, sobretudo através da prevenção. Por outro lado, é importante que estas medidas sejam sempre acompanhadas pelo médico assistente, pois dependem do quadro clínico que a gestante apresente", salienta Óscar Rebelo, Ginecologista e Obstetra do Hospital do Divino Espírito Santo em Ponta Delgada.

O médico diz que há três cuidados fundamentais a ter durante a gestação: Ingerir uma maior quantidade de água e adoptar uma alimentação saudável e rica em fibras, para prevenir a obstipação e o esforço exercido durante a defecação; Praticar regularmente exercício físico (adaptado à gravidez e à situação hemorroidária), uma vez que contribui para uma boa circulação venosa; Evitar permanecer de pé ou na posição sentada durante muito tempo seguido, para ajudar a aliviar a pressão sobre as veias hemorroidárias.

Em caso de agravamento da Doença Hemorroidária é recomendado procurar um profissional de Saúde. O tratamento pode variar de acordo com a situação de cada doente, sendo que os medicamentos venoativos orais, indicados para o tratamento das crises e prevenção das recorrências de crises hemorroidárias, e os tópicos para um alívio local complementar são as terapêuticas mais utilizadas, em fase de crise. Sendo uma doença com manifestações recorrentes e por vezes incapacitantes, um tratamento mais consistente pode passar pelo tratamento instrumental em regime ambulatório (esclerose; laqueação elástica…) ou cirúrgico.

Encontros Sonoros Atlânticos com quatro obras inéditas em ciclo de concertos que viaja por Lisboa, Terceira, São Jorge e São Miguel

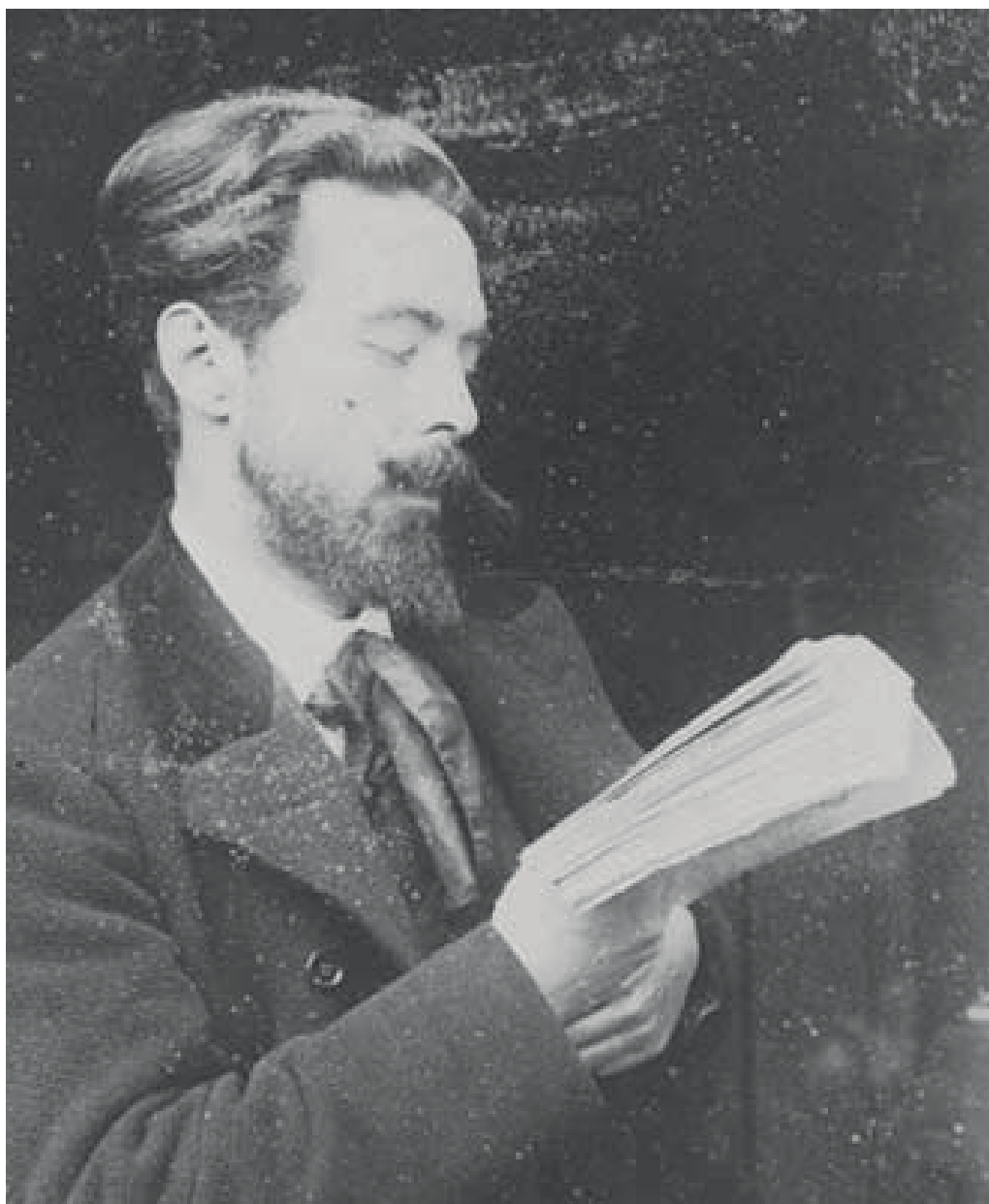
A 4.ª edição do ciclo Encontros Sonoros Atlânticos Francisco de Lacerda (1869-1934) tem início a 14 de Setembro e traz estreias mundiais aos concertos de abertura e encerramento, e às ilhas de São Jorge, Terceira e São Miguel.

Com cinco concertos exclusivos e de entrada livre, os Encontros Sonoros Atlânticos Francisco de Lacerda 2024 decorrem até 28 de Setembro e apresentam-se em Lisboa, São Jorge, Terceira e São Miguel, com um reportório em que se destacam os compositores portugueses e novas versões da obra deste compositor açoriano de renome internacional.

O ciclo Encontros Sonoros Atlânticos constitui-se como uma série de recitais em que a obra do compositor, musicólogo e maestro açoriano Francisco de Lacerda (1869 –1934) é o estímulo para a criação de novas peças musicais, em sintonia com os locais em que se apresentam.

Criado por iniciativa da Associação Francisco de Lacerda – a Música e o Mundo e com programação pelo compositor Vasco Mendonça, a 4.ª edição dá ainda palco à obra vencedora do Prémio Compositor Francisco de Lacerda Fundação Millennium bcp. Na sua terceira edição e com um valor de 7.500,00€, o Prémio é hoje o maior galardão nacional destinado a composição para orquestra e a fomentar a criação musical em Portugal.

A obra vencedora é anunciada publicamente a 23 de Setembro. Mas antes, a 14 de Setembro, o primeiro concerto dos Encontros Sonoros Atlânticos Francisco de Lacerda 2024 acontece no Panteão Nacional, em Lisboa. A soprano Camila Mandillo e o Quarteto Chiado celebram o aniversário de Camões com obras de Francisco Lacerda, arranjos de Filipe Raposo e a estreia mundial de um ciclo de canções de cabaret de Sérgio Azevedo.

A 18 de Setembro tem lugar o concerto insular inaugural no impressionante cenário da Fajã da Fragueira, em São Jorge, nas ruínas da casa de Francisco de Lacerda, no qual Pedro Branco e João Neves respondem ao desafio de criar uma espécie de genealogia sentimental da trova, partindo do famoso ciclo do compositor açoriano.

Francisco Inácio da Silveira de Sousa Pereira Forjaz de Lacerda nasceu a 11 de Maio de 1869, na freguesia da Ribeira Seca, ilha de S. Jorge e em1895 marca o início da internacionalização

Viajando em seguida para a Terceira, a 20 de Setembro, os Encontros Sonoros Atlânticos Francisco de Lacerda 2024 apresentam o Maat Saxophone Quartet no inesquecível cenário do Monte Brasil, em Angra do Heroísmo, com um reportório dedicado à música portuguesa que culmina na estreia da peça "Obra Nova", encomendada pelo festival à compositora Fátima Fonte.

O quarto concerto do ciclo acontece a 21 de Setembro, no Arquipélago - Centro de Artes Contemporâneas, na Ribeira Grande, em São Miguel, onde o guitarrista Nuno Costa e o pianista Óscar Graça estreiam a peça multimédia "Cine-concerto", uma nova e inédita banda sonora para o magnífico filme 'Flores' de Jorge Jácome, criada para o festival.

A edição de 2024 dos Encontro Sonoros Atlânticos Francisco de Lacerda termina a 28 de Setembro, num concerto da Orquestra Metropolitana de Lisboa, com direcção de Bruno Borralhinho, na Biblioteca Nacional de Portugal. No reportório destaca-se a estreia mundial da obra vencedora do Prémio Compositor Francisco de Lacerda Fundação Millennium bcp.

Fundada em 2019 na Fajã da Fragueira, na ilha de São Jorge, a Associação Francisco de Lacerda foi estimulada pelo percurso de vida do compositor Francisco de Lacerda (e a sua actividade profissional na música até aos dias de hoje).

Definiu como objectivos da sua atividade promover a preservação do património cultural dos Açores, a sua história, a educação pela arte através da música e o meio ambiente, a investigação nos legados culturais de personalidades ligadas à música, às artes performativas, às artes plásticas e literatura, além de conceber e realizar eventos culturais e espectáculos, estimulando a criação artística entre gerações de forma a criar conteúdos editoriais discográficos, literários e formatos audiovisuais, conforme nota enviada à imprensa.

Encontros Sonoros Atlânticos com quatro obras inéditas em ciclo de concertos que viaja

Francisco Inácio da Silveira de Sousa Pereira Forjaz de Lacerda nasce a 11 de Maio de 1869, na freguesia da Ribeira Seca, ilha de S. Jorge.

Descendente de uma família fidalga em que se contam várias gerações de músicos amadores, desde muito cedo revela admirável tendência para esta arte, tendo recebido de seu pai, João Caetano Pereira de Sousa e Lacerda, as suas primeiras lições de música e piano com apenas 4 anos.

Em 1886, parte para a ilha Terceira onde frequenta o curso geral do Liceu de Angra do Heroísmo e, também nesta altura, compõe uma das suas primeiras obras, a mazurka Uma Garrafa de Cerveja dedicada "ao seu amigo Luiz da Costa".

Uma vez terminado o liceu, parte para o Porto, preparando-se para ingressar na Escola Médica e continuando, ao mesmo tempo, a estudar piano com António Maria Soller e a frequentar Belas Artes.

Contudo, a paixão pela música é mais forte e faz com que abandone o estudo da medicina, estabelecendo-se em Lisboa, onde se inscreve no Conservatório Real e recebe os ensinamentos de José António Vieira, Freitas Gazul, Frederico Guimarães, entre outros. Termina o curso geral de piano, em 1891, com distinção tornando-se, nesse mesmo ano, professor provisório do Conservatório e, no ano seguinte, professor efectivo do mesmo, após prestar provas e tendo como concorrentes Francisco Bahia e Eugénio Cândido da Costa.

O ano de 1895 marca o início da internacionalização de Francisco de Lacerda. É neste ano que parte para Paris como bolseiro da Coroa, tendo sido candidato único naquela que foi a primeira bolsa oficial de música em Portugal. Já na capital francesa, frequenta primeiramente o Conservatório (onde estuda Harmonia com Émile Pessard, História da Música com Bourgault-Ducoudray, Contraponto com Libert, Composição e Órgão com Widor, etc.) e depois a recém-formada Schola Cantorum. Na mesma, continua os seus estudos de Órgão com Guilmant, Composição e Direcção de Orquestra com Vincent d'Indy e Música Antiga com Charles Bordes).

De referir que, já nesta altura, Vincent d'Indy o escolhe para seu substituto na classe de orquestra, ao descobrir no discípulo excepcionais qualidades de maestro. Neste período, é influenciado pela escola francesa de César Franck, Vincent d'Indy, Gabriel Fauré, Maurice Ravel, Francis Poulenc e Paul Dukas, o que se viria a refletir notoriamente nas suas composições, bem como no seu estilo de direcção musical.

Cultura Açores

Graham Greene na era moderna: O conflito humano e a realidade americana

Greene está numa classe à parte...será lido e relembrado como o profundo escritor da consciência e da ansiedade

William Golding

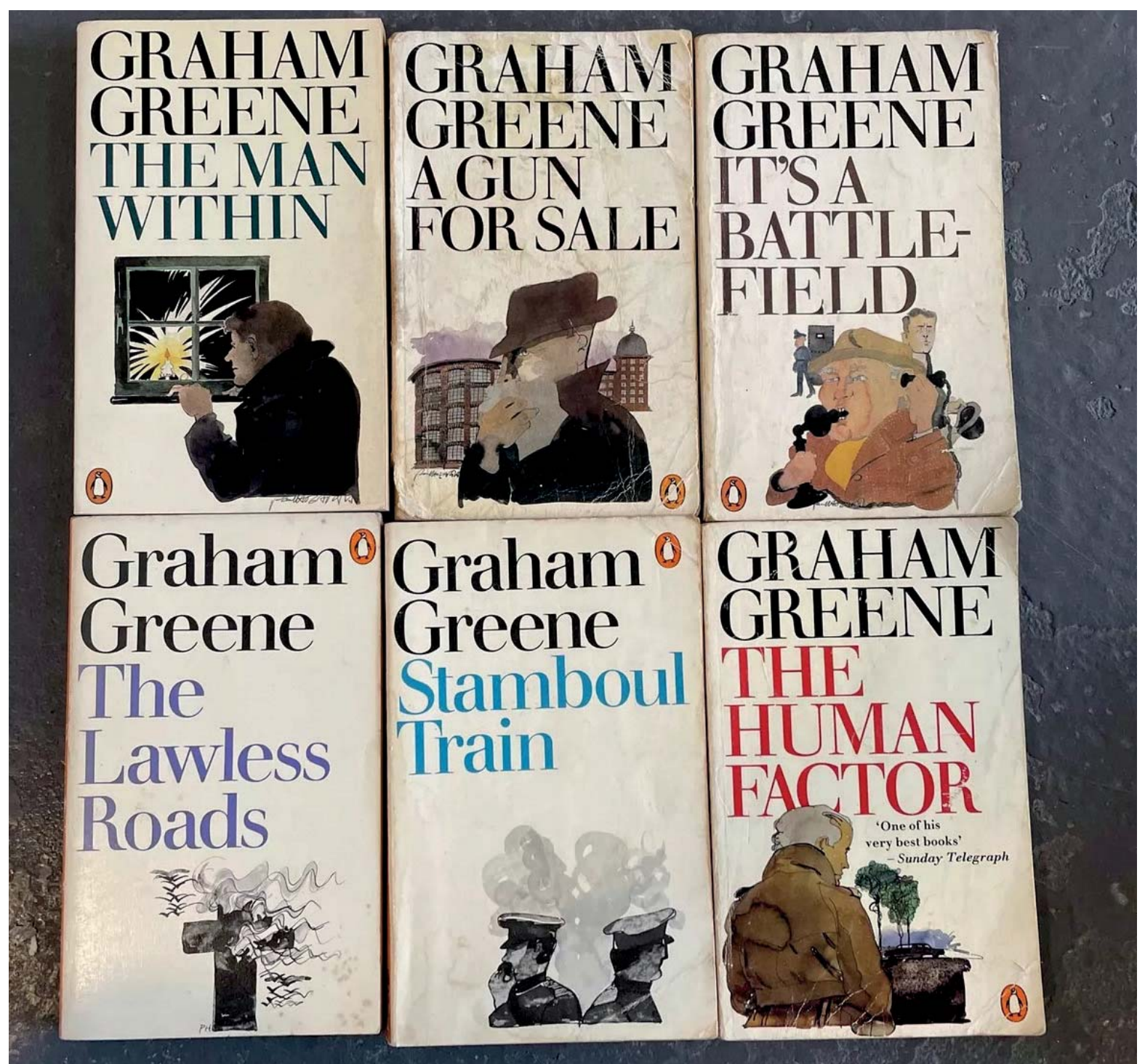
DINIZ BORGES

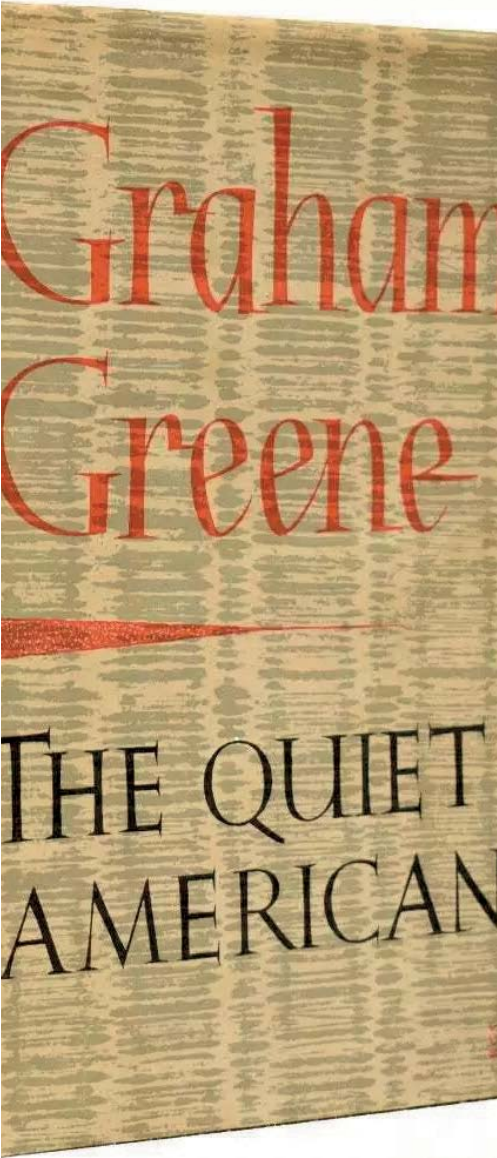
Neste ano de 2004 comemora-se os 120 anos de um dos mais prolíferos escritores da língua inglesa: Graham Greene. Um analista intenso da venalidade humana e da corrupção, que há mais de meio século já alertava para os efeitos que os impérios têm quando penetram os assuntos internos dos outros países e dos outros povos. Ao contrário de muitos outros escritores do seu tempo, Greene não subverteu técnicas narrativas, nem foi um pioneiro de linguagens, foi sim, um cultivador da imaginação, penetrando o mais íntimo da alma. E nos dias em que atravessamos muitos dos seus trabalhos têm uma relevância vital.

Henry Graham Greene nasceu a dois de Outubro de 1904 em Hertfordshire na Inglaterra.

O quarto de seis filhos. As biografias afirmam que foi uma criança tímida e extremamente sensível. Não gostava de desportos e faltava às aulas para ler contos e romances aventureiros. Em criança foi leitor assíduo de Rider Haggard e R.M. Ballantyne.

Os mesmos biógrafos dizem-nos que estas leituras tiveram uma profunda influência nele e ajudaram-no a moldar o seu próprio estilo. Depois de várias tentativas de suicido, Greene, abandonou a escola e escreveu uma nota aos pais dizendo que não voltaria ao estudo. Com quinze anos foi para Londres a fim de consultar um psicólogo. E foi Kenneth Richmond, que o encorajou a escrever, tendo-o apresentado a várias pessoas ligadas ao mundo literário, incluindo o poeta Walter de la Mare. Frequentou a Universidade Balliol College onde se especializou em história moderna, e onde, segundo a sua autobiografia, passou muitos dias embriagado e endividado. Mas foi também no mundo universitário que foi editor do: The Oxford Outlook, finalmente, em 1925 concluiu o curso.

Greene era um escritor extremamente disciplinado. Escrevia todos os dias e daí que produziu uma obra impressionante que inclui: jornalismo, ensaios de viagem, romances, contos, teatro, autobiografia, diários, e crítica literária e social. Entre todos os seus trabalho existem os monumentais "romances católicos" como: The Power and the Glory; The Heart of the Matter e The End of the Affair. Mas, um dos livros que mais marcou os seus leitores nos Estados Unidos foi: The Quit American.

Um dos vários livros que serão reeditados para celebrar o centenário do seu nascimento, The Quiet American, tal como a versão cinematográfica feita em 2002, que mostrou a um grande segmento da população que prefere o cinema em vez da leitura, a história de Greene, envolvendo um americano, jovem e idealista, que acaba por estragar a vida a um jornalista britânico, e à sua namorada vietnamita, nos últimos dias da presença colonial francesa naquela parte do mundo. É que Greene, não foi um escritor político, em que os personagens estariam interessados com o poder. Foi sim, um escritor preocupado com a moralidade interior de cada personagem, com a sua integridade humana, e como cada qual teria de responder e adaptar-se às pressões que as situações políticas impõem.

Neste começo de um novo século, com a presente situação que se vive nos Estados Unidos e no mundo, a visão moral que Greene explora magistralmente nos seus romances, é extremamente relevante. É que pela primeira vez em muitas décadas, a política estrangeira americana tem sido conduzida pelo idealismo e as motivações do personagem Alden Pyle do The Quiet American. A parcimoniosa visão de Pyle em relação ao Vietname, incompatível com o lugar e a cultura, tem fortes correlações com a política vinda de Washington durante a administração de George W. Bush.

Os neo-conservadores desta administração, que impingiram a invasão do Iraque, sob o pretexto de se democratizar o Médio Oriente, têm provado que houve um total desconhecimento e desrespeito pelas culturas seculares daquela região.

É que, uma das razões que levam a alguma dificuldade em responder à agenda neoconservadora nos Estados Unidos, relaciona-se com o facto desta força política ter convencido a população americana que havia conseguido ultrapassar a divisão em que o país se encontrava.

Desde a década de 1960 que a esquerda americana é pintada como sendo uma facção de idealistas, até mesmo de vagabundos utópicos, enquanto a direita se apresenta como possuindo os genuínos realistas e até mesmo, cépticos.

A esquerda acreditou que estava remando contra a maré na luta por um mundo melhor, enquanto a direita se batia, contra o que apelidava de tentativas ingénuas, para levar a sociedade para um mundo onde tudo era visto aos olhos do politicamente correcto.

Porém, o esquema inventado para "libertar" o Iraque, misturou todos os rótulos e numa corrida para construir uma nova retórica, que respondesse às críticas duma "suposta forçada democratização" daquele país, colocou os poderes num beco sem saída.

É que cada vez que o presidente estadunidense nos lembra que o mundo está muito melhor sem Saddam Hussein à frente dos destinos do Iraque, entramos numa espécie de fantasia que nos lembra a fada da Alice no País das Maravilhas. Tal como Pyle no romance The Quiet American, por vezes a população guiada pela propaganda governamental apega-se (como o personagem Pyle o fez), a abstractos que contrariam a realidade. Greene relembra-nos que não podemos, mesmo com as melhores das intenções, cegamente, impor os nossos princípios ao mundo sem cometermos muita, e imperdoável, violência.

Um dos outros temas que dominaram a escrita de Graham Greene foi a religião, o qual também está tão pertinente como se o autor inglês estivesse a escrever nos dias de hoje. O catolicismo de Greene estava presente na sua obra, e no seu pensamento político. A escolha, segundo nos dizem os personagens de Greene, não é entre uma internacionalização secular e uma cruzada evangélica (que hoje apoiam Trump), dois formatos que raramente falam uma linguagem comum.

As pessoas de fé, tal como provou Greene na sua vasta obra, devem olhar para o assunto de Deus por uma via muito mais íntima, ou seja: as batalhas mais importantes de Deus travam-se no interior de cada alma e não no pódio do magnata de Nova Iorque.

E há que se dizer que o catolicismo de Greene não era ortodoxo. A sua atitude poderá ter sido expressa pela imortal Tia Augusta em "Travels with my Aunt" quando o seu sobrinho a questionou se ele era ou não uma "verdadeira católica?" Ao que a tia respondeu: "sim, meu caro, sou, só que não acredito em tudo que eles acreditam."

Aliás, o catolicismo de Greene estava alicerçado no principio da pratica do Bom Samaritano. Esse exemplo é dado pelo personagem "wiskey priest", no romance The Power and Glory, em que o padre vive miseravelmente a fim de servir os crentes no México onde a sua fé tinha sido proibida pelas autoridades.

Claro que no quotidiano de hoje, simbolizado pelo apoio das religiões a Donald Trump (nem todas, mas a =vasta maioria), a religião serve a redenção pessoal, e consagra a justificação pública, para impingir os nossos valores aos outros. Para Greene, o cristianismo era uma forma de se analisar os pecados internos, a alma de cada um para si próprio.

Infelizmente, para muitos cristãos contemporâneos, é uma autorização para policiarem os pecados dos outros, de todos menos o líder do culto Trump.

O escritor David Lodge soube, eloquentemente, classificar o catolicismo de Greene: "na ficção de Greene, o catolicismo não é um corpus de crenças que requer exposição e exige aceitação ou dissidência categóricas, mas um sistema de conceitos, uma fonte de situações, e uma reserva de símbolos com os quais ele pode dramatizar certas instituições e certos aspectos da experiência humana."

Nos últimos anos da sua vida, Greene tornou-se pessoa non-grata em muitas partes do globo, particularmente pela amizade que aparentemente teve com Fidel Castro, e outras figuras polémicas da América Latina. Foi interpretado por muitos como um anti-americano, não só pelo The Quiet American, mas, particularmente porque foi um oponente muito forte das políticas de Ronald Reagan.

Mas lendo Greene à luz dos acontecimentos que vivemos no mundo contemporâneo, particularmente nos últimos 20 anos, e de uma forma mais particular neste ano de eleições americanas, verifica-se, tal como escreveu Pico Iyer, que "uma das principais lições na ficção de Greene é que dormindo com o inimigo acontece muitas vezes quando dormimos sós; e que até mesmo Deus, confrontado com um assassino ferido, sentir-se-ia agnóstico."

A Filarmónica Nossa Senhora das Neves junta-se aos The Black Mamba para um concerto no Coliseu Micaelense

A Filarmónica Nossa Senhora das Neves vai juntar-se aos The Black Mamba para um concerto no Coliseu Micaelense a 5 de Outubro de 2024, às 21h00.

De acordo com informação disponibilizada, "este evento promete ser inesquecível, combinando música erudita com os ritmos vibrantes do rock e soul. A Filarmónica, conhecida pela sua capacidade de unir a tradição a grandes nomes da música, acompanhará a banda icónica portuguesa The Black Mamba, vencedora do Festival da Canção 2021 com o tema Love is on My Side, pelo que representaram Portugal no Festival Eurovisão da Canção 2021, onde alcançaram o 12º lugar.

Será uma noite de fusão musical, cheia de energia e emoção".

A Filarmónica Nossa Senhora das Neves foi fundada a 1 de Janeiro de 1866, tendo adoptado o nome da padroeira da sua freguesia. A 8 de Dezembro de 2000, concretiza um sonho muito antigo: inaugurar a sua sede. Os The Black Mamba são uma banda portuguesa fundada em 2010 por Tatanka, Ciro Cruz e Miguel Casais.

Os bilhetes já estão à venda.

Governo abre candidaturas para sessões de 'coaching' aos agricultores para fruticultura, horticultura e floricultura

O Governo dos Açores anunciou que, através da Secretaria Regional da Agricultura e Alimentação, informa que estão abertas as candidaturas, até ao dia 19 de Setembro, para apoios à promoção de sessões de acompanhamento ou orientação ('coaching'), em todos os sectores de actividade relacionados com a produção agrícola primária no âmbito dos sectores da fruticultura, horticultura e floricultura.

Estas sessões consistem na disponibilização de apoio técnico especializado dirigido aos produtores agrícolas, com vista a melhorar as suas competências para a gestão dos aspectos económicos, ambientais e sociais do seu negócio, incluindo competências digitais e a utilização de ferramentas inovadoras.

Este apoio, ao abrigo do Plano de Recuperação e Resiliência (PRR), está previsto no tema de abrangência multissectorial "M.01 - Gestão sustentável das explorações agrícolas", do "Programa de Capacitação dos Agricultores e de Promoção da Literacia em Produção e Consumo Sustentáveis", decorrente do investimento "Relançamento Económico da Agricultura Açoriana", promovido pela Secretaria Regional da Agricultura e Alimentação.

Ao abrigo do presente diploma, podem ser concedidos apoios para a realização de sessões de acompanhamento ou orientação, de acordo com as principais necessidades das explorações em matéria de competitividade, transição verde, na qual se inclui a utilização sustentável dos recursos naturais, transição digital, transição energética, sanidade vegetal e animal e bem-estar animal.

O apoio é atribuído sob a forma de subvenção não reembolsável e será atribuído até ao valor fixo limite anual de €1.500,00 por exploração beneficiada com um plano de acompanhamento ou orientação anual, com limite máximo anual de €15.000,00 por beneficiário, estando limitado a um máximo de 10 explorações por 'coach'.

As candidaturas podem ser apresentadas no âmbito dos avisos de abertura de concurso e são submetidas através de formulário electrónico disponível no sítio da Internet a indicar no respectivo aviso.

No PRR, no âmbito da agricultura, destaca-se o investimento "Relançamento Económico da Agricultura Açoriana", que pretende contribuir para a resiliência e o crescimento sustentável do potencial produtivo regional, atenuar o impacto económico e social da crise no sector agrícola e agro-alimentar dos Açores e contribuir para a dupla transição climática e digital nesse sector.

O "Programa de Capacitação dos Agricultores e de Promoção da Literacia em Produção e Consumo Sustentáveis" constitui uma das medidas do investimento no âmbito da transição verde, da transição digital e do bem-estar animal, incluindo certificações.

O impacto dos miomas uterinos têm impacto na vida sexual das mulheres

Actualmente, estima-se que entre 20% a 40% das mulheres em idade reprodutiva possam vir a desenvolver miomas uterinos, e essa prevalência pode chegar a 70%-80% aos 50 anos. Em Portugal, cerca de 2 milhões de mulheres são afetadas por esta patologia, sendo que, entre 2000 e 2015, mais de 102.476 mulheres foram hospitalizadas por miomas uterinos. (...) Considerando o impacto negativo que esta patologia pode ter na sua qualidade de vida, sexualidade e fertilidade, é crucial investir na literacia para a saúde das mulheres, neste caso em particular, que elas conheçam os sinais e sintomas associados aos miomas uterinos e que assim, mais rapidamente procurem aconselhamento médico. O diagnóstico precoce e o tratamento adequado são fundamentais para controlar os sintomas e melhorar significativamente a qualidade de vida destas mulheres.

A propósito do Dia Mundial da Saúde Sexual, que se assinalou na última semana os médicos alertam que é importante chamar a atenção para uma questão frequentemente negligenciada, mas de enorme relevância: o impacto dos miomas uterinos na vida sexual das mulheres. Os miomas uterinos, também designados por fibromas ou leiomiomas, são tumores benignos que se desenvolvem a partir da camada muscular do útero e podem ter um impacto negativo significativo na vida da mulher, incluindo na sua vida sexual.

Actualmente, estima-se que entre 20% a 40% das mulheres em idade reprodutiva possam vir a desenvolver miomas uterinos, e essa prevalência pode chegar a 70%-80% aos 50 anos. Em Portugal, cerca de 2 milhões de mulheres são afectadas por esta patologia, sendo que, entre 2000 e 2015, mais de 102.476 mulheres foram hospitalizadas por miomas uterinos.

Embora 60% dos casos sejam assintomáticos e não interfiram com a vida sexual, alguns miomas podem, em função dos sintomas associados como a sensação de compressão dos órgãos vizinhos, a dor pélvica intensa e a hemorragia menstrual abundante e prolongada, afectar significativamente a forma como a mulher vive a sua sexualidade. Estes sintomas provocam desconforto físico importante, mas também têm um forte impacto na vida sexual das mulheres. Esta passa a ser frequentemente desconfortável, dolorosa e limitada pelo número de dias em que a hemorragia vaginal é intensa. Esta situação pode levar muitas mulheres a evitar as relações sexuais, com o consequente impacto negativo na sua auto-estima, líbido e satisfação sexual e eventualmente nos seus relacionamentos.

Além dos efeitos directos na sexualidade feminina, os miomas uterinos podem também perturbar o ciclo reprodutivo e ter implicações na fertilidade, podendo associar-se a dificuldades em conseguir uma gravidez e aumentando o risco de aborto espontâneo e de parto prematuro. Esta realidade pode ser particularmente desafiante para a saúde emocional das mulheres, sendo que vários estudos demonstram que, devido à sintomatologia associada, as mulheres com miomas uterinos têm maior risco de sofrer de ansiedade, depressão e alterações da imagem corporal.

Os miomas uterinos podem ter um impacto profundo e muitas vezes subestimado

Considerando o impacto negativo que esta patologia pode ter na sua qualidade de vida, sexualidade e fertilidade, é crucial investir na literacia para a saúde das mulheres, neste caso em particular, que elas conheçam os sinais e sintomas associados aos miomas uterinos e que assim, mais rapidamente procurem aconselhamento médico. O diagnóstico precoce e o tratamento adequado são fundamentais para controlar os sintomas e melhorar significativamente a qualidade de vida destas mulheres.

Actualmente, existem várias opções de tratamento para os miomas uterinos, dependendo da gravidade dos sintomas e das características individuais de cada mulher. Estes podem incluir o recurso a medicamentos ou suplementos alimentares que podem ser importantes na compensação da anemia causada pelas hemorragias menstruais, mas sobretudo os tratamentos hormonais que têm como objectivo controlar os sintomas e o crescimento dos miomas e também pode estar indicada a cirurgia. Neste caso devem ser privilegiados os procedimentos cirúrgicos minimamente invasivos e também aqui o tratamento médico hormonal tem um papel importante, ao possibilitar essa abordagem a situações em que inicialmente não seria possível. É fundamental que todas as opções de tratamento sejam discutidas entre médico e doente para se chegar à melhor opção de tratamento.

"A saúde sexual é um aspecto vital da vida de todas as mulheres e os miomas uterinos podem ter um impacto profundo e muitas vezes subestimado. "Queremos aumentar a consciencialização sobre esta condição, contribuir para a literacia em saúde das mulheres, alertá-las para a importância do diagnóstico precoce e assim incentivar a que procurem ajuda médica atempadamente se identificarem algum sintoma. Através do diagnóstico precoce e do tratamento adequado é possível melhorar a qualidade de vida e garantir que a saúde física, sexual e emocional das mulheres não é comprometida por esta condição", afirma Margarida Martinho, vice-presidente da Sociedade Portuguesa de Ginecologia.

Estudo considera promissor tratamento da psoríase com células estaminais mesenquimais

Um estudo publicado recentemente na revista científica Cytokine mostra o potencial das células estaminais mesenquimais (MSCs) para o tratamento da psoríase, uma doença crónica e auto-imune da pele que afecta 2 a 3% da população mundial.

No artigo, destaca-se o caso de um homem de 47 anos com psoríase que, ao fim de 25 anos de tratamentos convencionais sem verificar melhorias significativas, teve as suas lesões psoriáticas praticamente eliminadas após a aplicação de MSCs do cordão umbilical (UC-MSCs). Três meses após o início do tratamento, as manchas vermelhas desapareceram completamente e as lesões não voltaram a surgir. Durante os cinco meses de acompanhamento do doente, verificou-se que as lesões psoriáticas estavam praticamente eliminadas, confirmando a segurança e eficácia do tratamento com UC-MSCs.

Além deste caso de sucesso, o artigo refere também os resultados de diversos estudos em modelo animal e de ensaios clínicos em humanos. Estes estudos demonstraram que as MSCs conseguem reduzir a inflamação e a severidade das lesões cutâneas e promover mudanças positivas nas células da pele afectadas pela doença, o que indica que as MSCs podem constituir uma nova abordagem no tratamento da psoríase.

A psoríase é uma condição que afecta significativamente a qualidade de vida dos doentes e que se manifesta, frequentemente, entre os 15 e 25 anos. Caracteriza-se pelo aparecimento de manchas escamosas na pele, acompanhadas por inflamação, que pode afetar outros órgãos. Embora a causa da psoríase não seja ainda conhecida, sabe-se que estes doentes sofrem uma activação excessiva do sistema imunitário, que leva à proliferação celular descontrolada e à diferenciação anormal das células da pele.

As células estaminais mesenquimais têm atraído especial atenção devido à capacidade de regular a atividade do sistema imunitário e combater a inflamação, e aos resultados que têm sido alcançados no tratamento de diversas doenças. "As células estaminais mesenquimais representam uma abordagem terapêutica inovadora e promissora para o tratamento da psoríase, oferecendo benefícios regenerativos e imunomoduladores que podem superar as limitações das terapias actuais.", refere Eduardo Carvalho, do Departamento de I&D da Crioestaminal.

Os autores do estudo reconhecem a necessidade da pesquisa contínua e de mais ensaios clínicos para que seja possível avançar no conhecimento sobre a segurança e eficácia destas células, possibilitando a sua aplicação segura na prática clínica. A investigação nesta área poderá contribuir para melhorar significativamente a qualidade de vida dos doentes com psoríase, abrindo caminho para tratamentos mais eficazes e personalizados.

Emprego em Portugal aumenta mas a riqueza criada por empregado diminui e isso é muito preocupante

EUGÉNIO ROSA
ECONOMISTA
EDR2@NETCABO.PT

O INE publicou em 30 de agosto as Contas Nacionais Trimestrais referentes ao 2º Trimestre de 2024, e os dados são preocupantes.

O PIB, ou seja, a riqueza criada, no 1º trimestre de 2024 foi superior à do último trimestre de 2023 em apenas 0,8% e, a do 2º trimestre de 2024, já com o governo da AD, foi superior à do 1º trimestre, em apenas 0,1%. E mesmo este crescimento deprimente só foi conseguido com mais trabalhadores. Se se mantiver esta taxa de crescimento no 3º e 4º trimestre de 2024, o aumento do PIB em 2024, em relação ao de 2023, será apenas 1,2%, inferior mesmo ao previsto pelo anterior governo que era apenas de 1,5%. E o atual governo prometeu um crescimento muito mais elevado.

O EMPREGO AUMENTA, MAS A RIQUEZA CRIADA POR EMPREGADO (PIB) DIMINUI

O quadro 1, com dados oficiais *(os últimos divulgados pelo INE em 30 de agosto de 2024)* revela uma situação com consequência graves para o país e para os portugueses.

Os dados do INE do quadro revelam que o aumento, mesmo reduzido do PIB (riqueza criada) trimestral (coluna 2), só tem sido conseguido com emprego de mais trabalhadores (coluna 3) e não com mais investimento e mais tecnologia. O PIB do 2ºtrim.2024 foi superior ao do 2º trim.2023 em 2%, mas este aumento foi só conseguido com o aumento de 1,3% do número de empregados. E se compararmos o PIB do 1º trim.2023 com o do 2º trim.2024, constata-se que este último é superior ao do 1º trim.2023 em 1,5%, mas isso só foi conseguido com um aumento 1,9% do emprego.

Se se analisar a variação do PIB por empregado (coluna 4 do quadro) constata-se que o valor do 2º trim.2024 é inferior ao do 1ºtrim.2023 em -0,5%. É bom que o emprego aumente, mas é mau para o país e para os portugueses que a riqueza criada por empregado não aumente ou até diminua como se verificou em alguns dos trimestres constantes do quadro.

A riqueza criada por trabalhador é um indicador da produtividade total, e não apenas do trabalho, pois aquela depende dos equipamentos utilizados. O declínio da produtividade, ou o aumento anémico desta, mostra que o país continua a apostar em setores de média-baixa e baixa tecnologia, o que é uma consequência do investimento insuficiente, nomeadamente publico que, com os governos de Passos Coelho/Portas e PS/Costa, nunca compensou o Consumo de Capital Fixo, ou seja, aquele que desapareceu pelo uso ou obsolescência. É evidente que sem investir, e continuando a apostar em setores de média e baixa produtividade, e de baixos salários, o país nunca sairá do estado de atraso em que está mergulhado. Veja-se o atraso em que se encontram os programas comunitários **"PRR"** e **"Portugal 2030"**, situação esta prevista desde o início por falta de competências quer no setor público quer no privado, em que o país corre o risco de perder uma parte dos fundos disponibilizados pela U.E., pelo facto de os não utilizar dentro dos prazos estabelecidos.

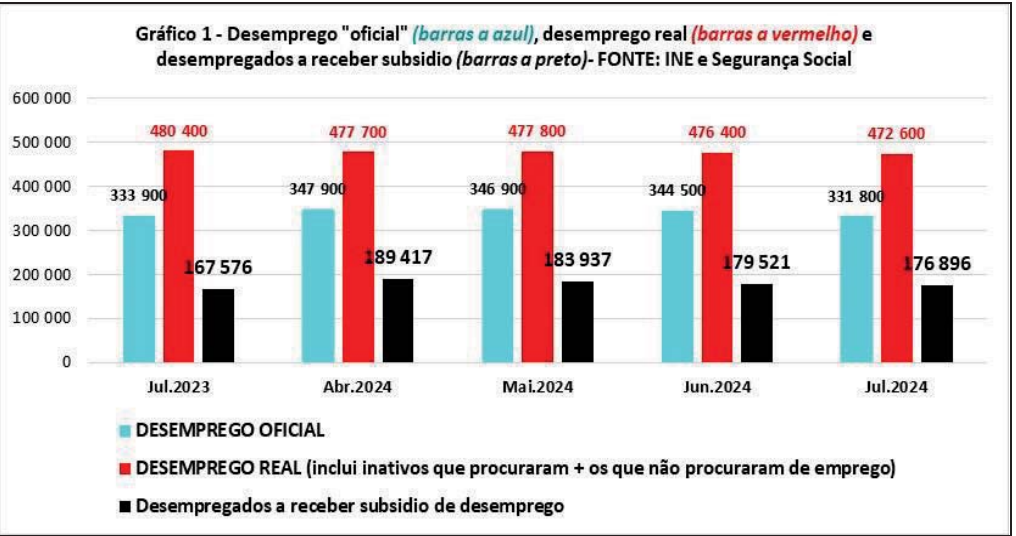
Quadro 1 – Variação trimestral do PIB real, do emprego e do PIB por empregado – 1ºtrim.2023/2ºtrim2024

Trimestre / ANO (1)	PIB-Milhões € (2)	Emprego-Milhares (3)	PIB por empregado (4)
1º trim.2023	53 639,7	5 054,7	10 612 €
2º trim.2023	53 376,3	5 086,4	10 494 €
3º trim.2023	53 737,6	5 089,9	10 558 €
4º trim.2023	54 213,4	5 087,1	10 657 €
1º trim.2024	54 167,0	5 144,2	10 530 €
2º trim.2024	54 427,9	5 152,1	10 564 €
Var.2ºtrim.2023/2ºtrim.2024	2,0%	1,3%	0,7%
Var. 1º trim.2023/2ºtrim.2024	1,5%	1,9%	-0,5%

FONTE: Contas Nacionais Trimestrais - 2º trim.2024- INE

Quadro 2 – A FBCF (investimento) publico e privado em % do PIB no período 2014/2023

PAISES	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022	2023
INVESTIMENTO PÚBLICO (FBCF publico)- % do PIB										
U.E. - média dos 27 paises (publico - % do PIB)	3,1%	3,1%	2,9%	2,9%	3,0%	3,1%	3,4%	3,3%	3,2%	3,5%
Portugal (público - % do PIB)	2,0%	2,3%	1,5%	1,8%	1,8%	1,8%	2,3%	2,6%	2,4%	2,5%
(PORTUGAL - U.E.) pontos percentuais do PIB a menos	-1,1	-0,8	-1,4	-1,1	-1,2	-1,3	-1,1	-0,7	-0,8	-1,0
INVESTIMENTO PRIVADO (FBCF privado) -% do PIB										
U.E. - média dos 27 paises (privado - % do PIB)	16,5%	16,9%	17,3%	17,6%	17,9%	18,9%	18,5%	18,4%	18,9%	18,4%
Portugal (privado % do PIB)	13,0%	13,2%	14,0%	15,0%	15,7%	16,3%	16,9%	17,6%	17,7%	16,9%
(PORTUGAL -U.E.) pontos percentuais do PIB a menos	-3,5	-3,7	-3,3	-2,6	-2,2	-2,6	-1,6	-0,8	-1,2	-1,5
TOTAL - Nº de pontos percentuais do PIB que o "investimento publico + privado" em Portugal é inferior foi média dos países da U.E.	-4,6	-4,5	-4,7	-3,7	-3,4	-3,9	-2,7	-1,5	-2,0	-2,5
Valor do investimento que faltou fazer em Portugal em cada ano, para que a taxa de investimento em % do PIB fosse igual à média dos paises da U.E. - Milhões €	7 960	8 087	8 765	6 662	6 976	8 361	5 414	3 241	4 847	6 644

FONTE: Eurostat

Quadro 3: Taxa de risco de pobreza segundo a condição perante o trabalho, Portugal -2022

SITUAÇÃO PERANTE O TRABALHO	Portugal	Continente	R. A. Açores	R. A. Madeira
Empregado	10,0%	9,7%	16,4%	15,7%
Desempregado	46,7%	45,8%	62,3%	57,7%
Reformado	15,4%	15,3%	18,1%	19,5%
Outros inativos	31,2%	30,3%	46,9%	43,4%

Fonte: INE, EU-SILC: Inquérito às Condições de Vida e Rendimento, 2023.

INVESTIMENTO PÚBLICO E PRIVADO EM PORTUGAL CONTINUA A SER MUITO INFERIOR Á MÉDIA DOS PAISES DA U.E.

O quadro 1, com dados oficiais divulgados pelo Eurostat mostra que o investimento tanto publico como privado, medido em percentagem do PIB, continua a ser muito inferior à média dos países da União Europeia como mostra o quadro 2.

Se se somar os valores da última linha do quadro anterior obtém-se 66957 milhões €. Este era o valor que faltou investir em Portugal no período 2014/2023 para que a taxa de investimento total (publico + privado) fosse pelo menos igual à taxa média de investimento (FBCF) dos países da U.E. E devido à situação de atraso em que se encontra o nosso país, relativamente à média dos países da U.E., era necessário, para recuperar o atraso e convergir para a média da U.E., investir muito mais, ou seja, a uma taxa superior à média dos países da União Europeia. Caso contrário o objetivo de Portugal convergir para média comunitária nunca será alcançado. E a situação é ainda mais grave, pois governos e patrões portugueses nem consegue utilizar atempadamente os fundos disponibilizados pela União Europeia, correndo-se o risco de perder parte deles, pelo facto dos investimentos não serem executados dentro dos prazos estabelecidos.

O DESEMPREGO REAL CONTINUA A SER MUITO SUPERIOR AO "OFICIAL", AQUELE QUE É DIVULGADO PELO INE E PELA COMUNICAÇÃO SOCIAL. EM JULHO DE 2024, APENAS 37 DESEMPREGADOS EM CADA 100 RECEBIAM SUBSIDIO DE DESEMPREGO

O INE continua a excluir dos números de desempregados que publica mensalmente, depois divulgados por toda a comunicação social, sem contraditório, todos os desempregados que não procuraram emprego no período em que fez o inquérito nem os desempregados que procuraram, mas que não estão em condições para o ocupar imediatamente.

Como se conclui rapidamente da leitura do gráfico, **no período jul.2023/jul.2024, o INE não incluiu, em média, nos números oficiais de desemprego que divulgou, 135800 desempregados**. Foi desta forma, eliminando todos os meses este número elevado de desempregados, que o INE conseguiu todos os meses apresentar números de desemprego muito inferiores aos reais, os quais foram divulgados, sem qualquer contraditório, pela generalidade dos órgãos de comunicação social, não informando assim com verdade a opinião pública.

E a justificada utilizada pelo INE para eliminar um número tão elevado de desempregados dos números oficiais de desemprego, é que esses desempregados não procuraram emprego ou que não podiam ocupar imediatamente um emprego, apesar de todos estarem desempregados. É desta forma que é construída a realidade oficial do desemprego no país, que depois os órgãos de comunicação social divulgam sem esclarecimento, enganando assim a opinião pública.

Para além de tudo isto, o gráfico também mostra o reduzido número de desempregados que recebem subsídio de desemprego. Em jul.2023, recebiam subsídio de desemprego apenas 35 em cada 100 desempregados; em abril.2024, 40 em cada 100; em mai.2024 e jun.2024, apenas 38 em cada 100; e, **em jul.2024, o número de desempregados a receber subsídio diminuiu para 37 em cada 100 desempregados.** E o desemprego é a principal causa de pobreza.

O DESEMPREGO É A PRINCIPAL CAUSA DA POBREZA EM PORTUGAL SEGUNDO O INE

Os governos têm restringido fortemente as condições em que os desempregados têm direito ao subsídio de desemprego excluindo a esmagadora maioria deles, e causando assim um aumento enorme da pobreza como mostra o quadro que está disponível no site do INE e que copiamos.

Os comentários são desnecessários.

Os leitores tirem as suas conclusões

Lá Longe - 1145

João Paulo Guerra

JOSÉ HÄNDEL DE OLIVEIRA

A circunstância do grande jornalista e escritor João Paulo Guerra ter falecido no passado dia 4 de Agosto, no Hospital Curry Cabral, em Lisboa, onde se encontrava internado, leva-me hoje a falar deste distinto profissional da Comunicação Social.

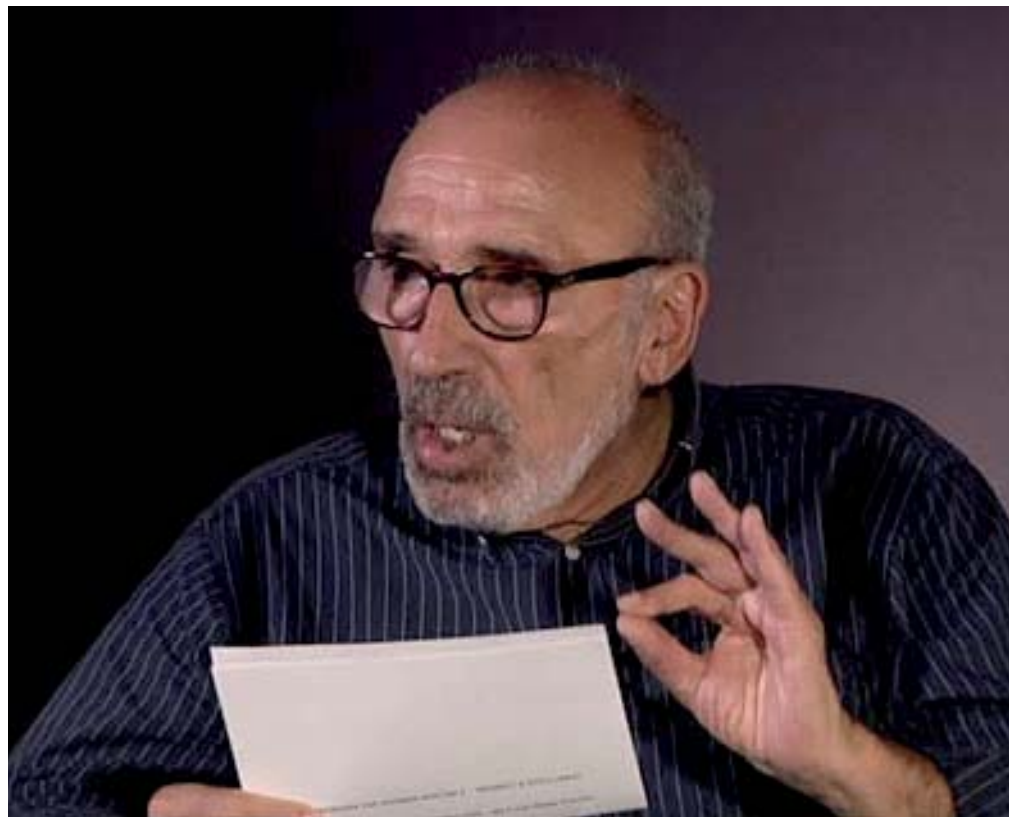
João Paulo da Guerra Baptista Coelho Vieira, nasceu em Lisboa, a 16 de Abril de 1942, cidade em que faleceria com 82 anos. Era irmão da atriz Maria do Céu Guerra e do também jornalista Eduardo Oliveira da Silva.

Fez uma carreira repartida entre o Rádio Clube Português, Renascença, TSF e Antena I. João Paulo Guerra formou gerações de jornalistas e radialistas, transmitindo o seu conhecimento e paixão, ao longo de 60 anos de profissão. João Paulo Guerra começou no Serviço de Noticiários do antigo Rádio Clube Português, passou pela Rádio Nacional de Angola e foi co-fundador da Telefonia de Lisboa. Foi repórter e editor da TSF, editou a "Revista de Angola". Foi ainda editor da "Revista de Imprensa" na Antena I e foi Provedor do Ouvinte do Serviço Público de Rádio, entre 2017/2021. Colaborou em Suplementos como "A Mosca" do Diário de Lisboa e no jornal "Memória de Elefante". Foi jornalista de "O Diário", colaborador permanente do "Público" e de "O Jornal". Foi também editor e redator principal do "Diário Económico" e guionista na SIC.

OBRAS PUBLICADAS:

Polícias e Ladrões – 1983; Operação África – 1984, de co-autoria com o jornalista Fernando Semedo; Os Flechas Atacam de Novo – 1988; Memória das Guerras Coloniais – 1994; Autor da série de reportagens Viagens com Livros – 1995; Savimbi Vida e Morte – 2002; Diz que é uma espécie de democracia – 2009; Descolonização Portuguesa – 1996; Romance de uma Conspiração – 2010; Corações Irritáveis – 2016.

PRÉMIOS

Prémio de Rádio da Casa de Imprensa – 1968; Prémio de Rádio da Casa de Imprensa – 1972; Prémio de Reportagem do Secretariado para a Modernização Administrativa – 1990; Prémio Nacional de Reportagem, do Clube de Jornalistas do Porto; Prémio Gazeta, do Clube de Jornalistas – 2009; Prémio de Reportagem de Rádio, do Clube Português de Imprensa – 1994; Prémio de Reportagem de Rádio, do Clube Português de Imprensa – 1994; Prémio de Reportagem de Rádio, do Clube Português de Imprensa; Prémio Procópio de Jornalismo – 1996; Prémio Gazeta de Mérito – 2010; Prémio Igrejas Caeiro da Sociedade Portuguesa de Autores – 2014.

A notícia do seu falecimento mereceu comentários elogiosos do comentador da SIC Marques Mendes e do Presidente da República Marcelo Rebelo de Sousa.

Também Ricardo Santos na Revista "Sábado", nº 1058, de 8 a 13 de Agosto de 2024, escreveu um artigo na rúbrica "Obituário, em que diz, nomeadamente que "João Paulo da Guerra Baptista Coelho Vieira tornou-se jornalista com carteira profissional em 1962, num tempo em que não era permitido as verdades mais dolorosas chegarem ao grande público. Estagiou nesse ano na Rádio Renascença e o amor pelas ondas hertzianas nunca mais terminou, apesar da interrupção causada pelo serviço militar em Moçambique", "O amplo leque de interesses e uma cultura geral bem acima da média levaram-no também a ser guionista, documentarista e repórter na SIC e na Endemol. A somar a tudo, foi um dos mais respeitados formadores profissionais de rádio e um transmissor de conhecimentos aos camaradas mais novos da profissão, tivessem eles sido seus formandos ou não. Homem de coração aberto e conselhos práticos…", "Adaptou ainda o romance Claraboia, de José Saramago, para a companhia teatral A Barraca, tendo a peça sido protagonizada pela irmã, Maria do Céu Guerra."

Em destaque, Ricardo Santos, cita a seguinte frase de João Paulo Guerra: "Foi da Guerra que apareceram os homens que fizeram a Democracia, mas há também feridas que nunca cicatrizaram."

EFEMÉRIDES

Efemérides verificadas no dia 24 de Agosto: 79 – Erupção do Vesúvio enterra as cidades de Pompeia, Oplontis e Stabia e sob cinzas e lapili e a cidade de Herculano sob um fluxo de lama. 1456 – Completa-se a impressão da Bíblia de Gutenberg. 1879 – Início das obras na Avenida da Liberdade, em Lisboa, com a demolição do Teatro das Variedades e da Praça de Touros do Salitre. 1891 – Thomas Edison regista a patente da primeira câmara de imagens em movimento. 1949 – Entra em vigor o Tratado do Atlântico Norte que cria a Nato. 1960 – É registada a temperatura mais baixa alguma vez verificada no Globo Terrestre: 88 graus negativos em Vostok, Antártica. 1968 – A França faz deflagrar a primeira bomba de hidrogénio, no Pacífico. 1972 – O norte-americano Bobby Fisher sagra-se campeão mundial de xadrez ao vencer o russo Boris Spassky, em Reiquiavique, Islândia. 1991 – O Parlamento da Ucrânia declara a independência da República soviética ao separar-se da administração de Moscovo. 2006 – A Assembleia Geral da União Astronómica Internacional decide, em Praga, República Checa, retirar a Plutão o estatuto de planeta, passando assim a oito o número oficial de planetas do sistema solar.

CASOS DE POLICIA E NÃO SÓ ASSALTO A SUPERMERCADO

Ao início da noite, dois encapuzados e armados, assaltaram um supermercado situado no centro de Almada, A funcionária foi obrigada a entregar o dinheiro em caixa.

VIOLAÇÃO

Uma jovem de 20 anos foi com uma amiga para uma discoteca, em Fafe, com o propósito de se divertirem. Saíram daquele estabelecimento, cerca das 4 horas da madrugada. A amiga decidiu regressar a casa, enquanto a jovem foi no seu carro com três homens, para continuarem a noite noutro local. Mas no percurso entre os concelhos de Felgueiras e Lousada, foi violada pelo trio. Aterrorizada pelo acontecido, pelas 5 horas, pediu ajuda a familiares que localizaram, tendo sido apresentada queixa na GNR. A jovem foi sujeita a perícias para confirmar a violação, tendo declarado às autoridades que conhecia um dos agressores. A Policia Judiciária procura identificar o trio dos agressores.

CARJACKING

Um casal de namorados que cerca das 3H30 estava no interior de uma viatura em Alfragide, Amadora, foi assaltado por três homens que com ameaças verbais e soqueiras, levaram o veículo que viria a ser encontrado mais tarde no Bairro da Cova da Moura. A PSP procede a averiguações.

FACA NO PESCOÇO

Já depois das 23H00, um homem entrou num minimercado na Avenida Almirante Reis, em Lisboa e apontando uma faca ao pescoço e à barriga do dono do estabelecimento, roubou-lhe 260 euros, pondo.se depois em fuga. Horas depois foi detido na estação de comboios do Fogueteiro, no Seixal, por elementos da Divisão de Investigação Criminal da PSP, mas já só tinha 190 euros.

TRAGÉDIA

Uma menina brasileira, de doze anos de idade que estava com a avó numa praia fluvial das Taipas, Guimarães, pelas 18H00, entrou nas águas do rio Ave e por razões desconhecidas ficou submersa e não voltou à tona da água. Alertados para o sucedido, um grupo de pessoas, mergulhando no rio conseguiram, junto a uma pequena cascata, retirar do rio o corpo da criança, mas as manobras de reanimação, logo efetuadas, não deram resultado. O mesmo acontecendo com as manobras efetuadas pelos Bombeiros Voluntários das Taipas e pela equipa da VMER, entretanto chegados ao local do sinistro.

O óbito seria declarado naquela praia, denominada de Praia Seca, e o corpo encaminhado para o Gabinete Médico-Legal Forense do Ave para apurar as causas da morte. Verificou-se que o leito do rio Ave estava um pouco acima da altura registada durante a manhã, situação que sempre acontece quando há descargas da Barragem do Ermal, a partir de Guilhofrei, em Vieira do Minho.

LOCALIZADO POR UM DRONE

Um homem de 80 anos, desaparecido há três dias em Rio de Mouro, foi localizado através de drones pelas 17H46, numa zona de difícil acesso, pelo que os polícias e a assistência médica só conseguiram chegar ao mesmo pelas 18H23. Depois de ter recebido assistência, foi retirado e transportado para o hospital para observação.

Estava consciente mas debilitado.

RAPOSA SALVA

Numa zona isolada junto ao a um parque da cidade de Viseu, um popular encontrou uma raposa juvenil, debilitada e com dificuldade de locomoção. Pedida a intervenção da Brigada de Proteção Ambiental da PSP e dos Bombeiros Sapadores de Viseu, a raposa foi entregue no Centro de Ecologia, Recuperação e Vigilância de Animais Selvagens, em Gouveia, para controlo do seu estado de saúde e posterior libertação no habitat natural.

Braga, 8 de Setembro de 2024

Envolvimento renal no Lúpus

ESTELA NOGUEIRA*

De acordo com a gravidade da inflamação a **Nefrite Lúpica** classifica-se em:

Classe	Descrição
Classe I	Fases precoces que não exigem tratamento, exceto se proteinúria elevada e presença concomitante de Podocitopatia do Lúpus
Classe II	
Classe III	Fases inflamatórias que exigem tratamento
Classe IV	
Classe V	Exige tratamento se proteinúria elevada
Classe VI	Fase apenas com lesões crónicas, não exige tratamento

Que tipo de envolvimento renal pode ocorrer no Lúpus?

O lúpus é uma doença em que o sistema imune se torna disfuncional e leva à produção de auto-anticorpos que se depositam nos órgãos causando inflamação e lesão a longo prazo. A inflamação do Lúpus pode atingir os rins e esta situação é designada por nefrite lúpica.

Os rins têm como objetivo filtrar e eliminar as toxinas, bem como manter o equilíbrio dos sais, minerais e conteúdo de água corporal. Para além disso, produzem hormonas que são importantes para manter o controlo da pressão arterial e evitar anemia. Os rins são constituídos por cerca de 1 milhão de unidades filtrantes designadas por glomérulos. Os depósitos de auto-anticorpos ocorrem nos glomérulos, levando à inflamação e alteração da capacidade de filtração destes glomérulos, permitindo a passagem de sangue e proteínas para a urina.

A medicação e as consequências da medicação tais como os glucocorticoides, podem levar à hipertensão e diabetes que por si só também podem dar doença renal, mas que não se relaciona com a inflamação do lúpus.

O envolvimento renal é frequente? Quando pode surgir no curso da doença?

O envolvimento renal pelo lúpus é frequente, sendo que cerca de 20 a 60% dos doentes poderão desenvolver nefrite lúpica durante o curso da doença, seja no seu início, seja numa fase posterior. O atingimento renal é mais frequente nos doentes de origem africana, asiática ou hispânica.

Como se manifesta a nefrite lúpica?

Nas fases mais precoces, é assintomática e manifesta-se apenas com presença de sangue e proteínas na urina que é avaliada no contexto de rotina nas consultas de seguimento.

À medida que progride, evolui com pressão arterial elevada (hipertensão arterial) e surgimento de edema (inchaço) por incapacidade de gestão dos líquidos pelos rins. Assim, surge progressivamente edema nos membros inferiores, olhos, abdómen e tórax evoluindo para falta de ar. A presença de espuma na urina é também um sinal de proteínas na urina.

Como se pode diagnosticar precocemente e como deve ser abordada?

Na avaliação de rotina que o doente com lúpus faz habitualmente com o seu reumatologista ou internista, é muito importante que conste sempre:

1. **Exames de urina** para verificar se há proteínas e sangue na urina.

a. Sedimento urinário: para avaliar se existe eritrócitos (sangue)

b. Rácio proteínas/creatinina na 1ª amostra da manhã para testar proteínas elevadas na urina (proteinúria); em alternativa ou para quantificar com mais rigor colher a proteinúria numa urina de 24h.

2. **Análises sanguíneas**

a. Creatinina no soro (que demonstra se os rins funcionam bem ou não)

b. Outras análises para diagnosticar lúpus: hemograma, velocidade de sedimentação, auto-anticorpos (ANA, dsDNA), complemento (C3, C4 e C1q).

Caso surja proteinúria (principalmente > 500mg/dia) e/ou eritrocitúria e/ou alteração da função renal, será proposta a realização de:

3. **Biópsia renal:** é fundamental para caracterizar a inflamação que tem a nível renal e para adequar o tratamento, ou seja, permitir decidir entre não tratar, e tratar de forma pouco agressiva ou mais agressiva. As alterações das análises não são suficientes para se esclarecer o grau de inflamação, só a biópsia renal permite dar o diagnóstico definitivo.

Como se deve tratar a nefrite lúpica?

A nefrite lúpica é tratada com medicamentos que suprimem o sistema imunológico de forma a que ele deixe de danificar os rins, reduzindo a inflamação e a produção de auto-anticorpos. Dependendo da gravidade da inflamação, o tratamento pode incluir:

- Micofenolato mofetil e glucocorticoides
- Ciclofosfamida (habitualmente endovenosa) e glucocorticoides
- Micofenolato mofetil, belimumab e glucocorticoides
- Micofenolato mofetil, tacrolimus ou ciclosporina e glucocorticoides

Estas são as opções mais frequentes, mas é possível que surjam mais medicamentos com os novos ensaios clínicos e que os glucocorticoides (prednisolona) sejam substituídos por outros medicamentos com menos efeitos colaterais a longo prazo (inibidores do complemento).

Para além da redução da inflamação, será importante iniciar medicação para controlar a hipertensão arterial (inibidores da enzima conversora da angiotensina ou antagonistas do recetor da angiotensina II) que podem também ajudar a reduzir a proteinúria. É fundamental vigiar a pressão arterial em casa para melhor controlar a hipertensão arterial.

Quais são as complicações da nefrite lúpica?

É fundamental diagnosticar e tratar precocemente a nefrite lúpica, pois a longo prazo pode levar à perda progressiva de função renal, com desenvolvimento de insuficiência renal grave, que exija terapêuticas substitutivas da função renal, nomeadamente a diálise ou o transplante renal.

A vigilância da urina através de análises é fundamental para a abordagem precoce e eficaz e deve fazer parte da avaliação de rotina do doente com lúpus.

***Pelo Grupo de Trabalho de Imunonefrologia da Sociedade Portuguesa de Nefrologia**

Referências

- KDIGO 2024 Clinical Practice Guideline for the Management of Lupus Nephritis
- National Institute of Health – national institute of diabetes and digestive and kidney diseases

Postal de Gaia (343)

Como foi que a "bandeira branca" se fez símbolo de paz?

ROGÉRIO DE OLIVEIRA

COMO UM PEQUENO PEDAÇO DE PANO, simples e desprovido de cor arrebatadora, se tornou poderoso? Eis a história da BANDEIRA BRANCA.

QUEM A VÊ INSINUAR NO AR, lá do outro lado de uma qualquer barricada, apreende de imediato a mensagem: vem aí uma rendição, no mínimo um pedido de trégua, invariavelmente uma promessa de acalmia em tempos de turbulência. Mas como foi que a BANDEIRA BRANCA se fez símbolo de paz? Percebê-lo implica recuar até ao século I d.C.. Reza a História que foi por esta altura que ela começou a ser usada, tanto no Oriente, em plena dinastia Han, como no Ocidente, durante o Império Romano. Mais precisamente, na Segunda Batalha de Cremona, relatou o escritor romano Tácito.

E desde então, foi resistindo aos tempos. Na Idade Média, por exemplo, os povos hasteavam-na em detrimento das cores das suas próprias bandeiras, se quisessem mostrar que se pretendiam colocar de fora de uma certa batalha. De resto, os próprios mensageiros andavam de branco. E até o príncipe de Calecute se agarrou a BANDEIRA BRANCA quando, no final do século XV, Vasco da Gama descobriu por fim o caminho marítimo para a Índia e lhe entrou pelas terras adentro.

O seu uso acabaria mesmo regulado pelas Convenções de Genebra de 1899 e 1907, em que se consagra que o seu uso indevido, como falso protesto para atrair um adversário a uma cilada, é considerado crime e guerra. E, afinal, porquê o branco? Por mera conveniência. É que na Antiguidade os panos brancos eram de longe os mais comuns, o que permitia que com facilidade se "desenrascasse" algo que servisse de apelo á paz. Além da visibilidade, claro, porque o branco facilmente se distinguia nos campos de batalha. De lá para cá, mudaram as tácticas, mas não o significado do mais singelo e poderoso pedaço de pano. E quem não anda, por estes dias, a suspirar por ele?

GAIA/VILAR DO PARAÍSO,
9 de Setembro de 2024

MotoGP - Circuito de MotorLand Aragão recebeu 12º evento da temporada

Fim de um “jejum” com 1.043 dias para Marc Marquez (24/10/2021 - GP Emília-Romanha / 1/9/2024 - GP Aragão)

O sabor vitória foi quase “eterno” para Marc Marquez, num período com mais de mil dias. O último triunfo do piloto espanhol foi no dia 24 de Outubro de 2021, em plena “era pandémica”, (leia-se Covid19), e teve como cenário o Circuito de Misano, quando Marquez tripular para a marca oficial do “Team Hona Repsol”. 1.043 dias depois, Marc Marquez vencia novamente uma corrida de GP, desta vez, aos comandos de uma Ducati GP23, uma equipa satélite da “Gresini Racing MotoGP”. Tem como companheiro de equipa, o seu irmão Alex, uma dupla de espanhóis (Cervera/Barcelona), numa formação italiana. Uma formação de pilotos que ten um conjunto dez títulos mundiais (Marc/6-MotoGP, 1/Moto2 e 1/125cc e Alex/2-1/Moto2 e 1/Moto3). Miguel Oliveira teve uma corrida de GP para esquecer, sofrendo uma queda ainda durante a primeira volta, ele que conquistou o quinto lugar na “Tissot Sprint” de sábado.

E o “champagne” da vitória voltou a jorrar pelas mãos de Marc Marquez, depois de um interregno de 1.043 dias.
(Foto do Departamento de Imprensa da Michelin).

JOSÉ MANUEL
PINHO VALENTE

Um número: 1.043 dias! Um período difícil, várias intervenções cirúrgicas, perdeu alguns GP, mudou de equipa (Repsol Honda Team), uma formação de fábrica oficial, para uma equipa satélite (Gresini racing MotoGP), onde tripula uma “máquina” completamente nova, a Ducati GP23, precisamente do ano passado, e voltou a subir ao degrau mais alto do pódio, onde alcançou a sua 86ª vitória mundial, aquela que foi a 60ª na “top class”. Sem dúvida, um dia histórica para o “octo-campeão” do Mondo, onde voltou a observar-se um Marc Marquez sorridente e a vibrar com esta vitória, como se fosse a primeira.

Com o triunfo na corrida “Tissot Sprint” de sábado, Marc Marquez disparou para “holeshot” de domingo e o piloto espanhol, seguiu en frente, não vacilou e registou um dos melhores momentos na história do MotoGP. MotorLand Aragão, que é um dos seus circuitos talismã, assistiu a um dos grandes momentos de Marc Marquez, neste seu regresso vitorioso para o mundial de motociclismo. Marc dominou todo o fim-de-semana nas tabelas de tempos, nas diversas sessões de treinos, excepção feita na “warm-up” de domingo de manhã onde só efetuou passagens de saída e entrada nas boxes, não efetuando nenhuma volta lançada.

Marc Marquez foi o primeiro a ver a bandeira de xadrez, no entanto, o grande vencedor do evento de Aragão foi Jorge Martin, numa outra Ducati satélite, quanto ao mundial de pilotos. depois do “crash” entre “Peco” Bagnaia e Alex Marquez, que se envolveram numa queda, afastando-os da prova a seis voltas do final, o que permitiu a Jorge Martin aumentar a sua vantagem para 23 pontos no mundial, para “Peco” Bagnaia.

O português, Miguel Oliveira, com o quinto lugar alcançado no corrida “sprint”, onde teve boas sensações, elevando as expectativas para a prova de GP, não teve a sorte do seu lado. Oliveira não completou a primeira passagem pela linha de meta, quando perdeu o controlo da moto qie lhe fugiu de frente na penúltima curva do circuito, renunciando à corrida.

Os quatro primeiros pilotos da geral, Jorge Martin (299), Francesco Bagnaia (276), Marc Marquez (229) e Enea Bastianini (228), são candidatos ao título mundial, quando faltam realizar oito eventos, num total de outros tantos GP e “Tissot Sprint”. O mundial de motociclismo está ao rubro e tudo pode acontecer. Desde o “tri” para Bagnaia, ao regresso de Marc Marquez aos títulos, bem como à estreia de Martin, actual vice-campeão mundial, tal como a de Bastianini.

BANDEIRA DE XADREZ

MotoGPMoto3: JUAN ANTÓNIO RUEDA ESTREOU-SE A VENCER NO MUNDIAL - Brilhante foi a corrida do piloto espanhol, Juan António Rueda (Sevilha, 29/10/2005), aos comandos de uma moto da equipa Red Bull KTM Ajo, que no seu 32º GP alcançou a sua primeira vitória no mundial de motociclismo. Rueda largou do sétimo lugar da grelha de partida, foi subindo posições ao longo da corrida, perdendo uma ou outra em algumas passagens pela linha de meta, no entanto, manteve-se sempre nos primeiros cinco lugares. à 13ª volta assumiu a liderança e passou sempre na linha de meta em primeiro lugar até à 17ª e derradeira passagem, assinando o seu primeiro triunfo numa prova mundial.

MotoGPMoto3: JUAN ANTÓNIO RUEDA FOI 400º PILOTO DIFERENTE A GANHAR UM GP NO MUNDIAL - O piloto espanhol, Juan António Rueda, ao vencer a corrida de Moto3, no GP MotorLand Aragão, tornou-se no 400º piloto diferente a subir ao lugar mais alto do pódio na história do Campeonato do Mundo de Motociclism, no conjunto de todas as categorias, desde 1949. Este ano foi a primeiro piloto a estrear-se-á em vitórias, pois todos os vencedores até ao momento, ganharam pelo menos uma corrida, em em épocas anteriores.

MotoGP/Moto2: JAKE DIXON VENCEU CORRIDA DA CATEGORIA INTERMÉDIA - O piloto britânico, Jake Dixon, venceu a corrida de Aragão com uma vantagem de 1,779 segundos sobre Tony Arbolino e mais de cinco relativamente a Deniz Oncu, os pilotos que ocuparam os lugares do pódio. Dixon assinou a sua quarta vitória mundialista, todas em Moto2.

MotoGP: NÚMERO DE ESPECTADORES - Ao longo do fim-de-semana de 30 de Agosto e 1 de Setembro, o Circuito de MotorLand Aragão recebeu um total de 107.421 espectadores, repartidos por 19.421 (dia 30), 32.033 (dia 31) e 55.411 (dia 1). Com doze eventos realizados, o Campeonato do Mundo de 2024 levou aos traçados onde se disputaram os eventos 1.970.491 espectadores. Quando faltam realizar oito eventos, tudo indica que a barreira mítica dos três milhões de espectadores num temporada poderá ser ultrapassada.

MotoGP/Moto2/Moto3: NÚMERO DE QUEDAS - O GP Aragão registou um total de 29 quedas ao longo dos três dias de competição, repartidas por 4 (dia 1), 14 (dia 2) e 11 (dia 3). Nos doze eventos já realizados, o Campeonato do Mundo tem um número redondo de idas ao solo: 500, sendo que 143 foram em Moto3, 154/moto2 e 203/MotoGP.

Nazaré - SIC

Goucha - TVI

RTP Açores

04:15 Telejornal Açores
04:40 Teledesporto - Ep. 25
05:33 Emilia - Ep. 4
05:57 Inesquecível T11 - Ep. 17
07:30 Zig Zag T20 - Ep. 186
07:45 Zig Zag T20 - Ep. 187
08:00 Bom Dia Portugal - Ep. 181
09:00 RTP3 / RTP Açores
13:00 Jornal da Tarde - Açores
13:15 Teledesporto - Ep. 25
14:05 Biosfera T21 - Ep. 40
14:35 Terra 4.0 T5 - Ep. 8
14:48 Hora De Agir T2 - Ep. 17
15:00 RTP3 / RTP Açores
16:00 Noticias Do Atlântico - Açores
16:25 Nada Será Como Dante T3 - Ep. 39
17:00 Açores Hoje - Ep. 150
17:55 O Planeta Vivo - Ep. 6
18:20 Terra Europa T1 - Ep. 45
18:35 Caminhos - Ep. 16
19:00 Visita Guiada T14 - Ep. 7
20:00 Telejornal Açores
20:30 Conversas Com Ciência - Ep. 24
21:08 As Coisas Em Volta: A Vida Misteriosa Dos Objectos - Ep. 9
21:35 Atlântida Açores

RTP1

00:15 Shirley
02:00 Janela Indiscreta T16 - Ep. 36
02:45 Televendas
05:00 Bom Dia Portugal
09:00 Praça da Alegria
11:59 Jornal da Tarde
13:15 Hora Da Sorte - Lotaria Clássica - Ep. 37
13:30 Amor Sem Igual - Ep. 19
14:30 A Nossa Tarde
16:30 Portugal em Direto
18:06 O Preço Certo
18:59 Telejornal
20:00 Bully
20:45 Joker T8 - Ep. 57
22:00 Alguém Tem De O Fazer T1 - Ep. 1
23:00 Só Como E Bebo. Por Acaso, Trabalho! - Ep. 4

RTP2

15:47 Zig Zag
15:48 Kiri E Lou T3 - Ep. 21
15:53 A Experiência do Becas - Ep. 1
15:59 Gigantosaurus T2 - Ep. 50
16:11 O Diário de Alice - Ep. 4
16:15 O Hotel Felpudo T1 - Ep. 7
16:26 Feliz, O Ouriço T1 - Ep. 15
16:33 Feliz, O Ouriço: Picadelas T1 - Ep. 15
16:35 Edmundo E Lúcia - Ep. 43
16:46 A Experiência do Becas - Ep. 2
16:51 Pfffiratas - Ep. 41
17:02 Dinoster: Os Heróis Quânticos - Ep. 13
17:15 Athleticus T3 - Ep. 5
17:17 Robin dos Bosques - Travessuras em Sherwood T1 - Ep. 36
17:30 Ensina-me Se Conseguires - Ep. 35
17:42 Ensina-me Se Conseguires - Ep. 36
17:53 No Mundo dos Animais T1 - Ep. 1
18:17 Os Argonautas E A Moeda De Ouro - Ep. 12
18:39 Mini Ninjas T2 - Ep. 10
18:50 Mini Ninjas T2 - Ep. 11
19:02 Athleticus T3 - Ep. 6
19:04 Boss Baby Volta A Bombar T2 - Ep. 1
19:26 Migalha Filmes - Ep. 7
19:32 Crias - Ep. 1
19:37 Folha de Sala
19:42 Heróis de Verde - Ep. 12
20:30 Jornal 2
21:00 Hotel à Beira-Mar T10 - Ep. 4
21:46 Folha de Sala
21:55 Stop-Zemlia: Se Não Arriscares, Nunca Saberás

SIC

01:00 Levanta-te E Ri
03:45 Passadeira Vermelha T11 - Ep. 168
05:00 Edição Da Manhã
07:30 Alô Portugal T16 - Ep. 169
09:00 Casa Feliz T5 - Ep. 180
12:00 Primeiro Jornal
13:45 Querida Filha - Ep. 41
14:45 Linha Aberta T10 - Ep. 155
15:30 Júlia T7 - Ep. 157
17:30 Terra E Paixão - Ep. 70
19:00 Jornal Da Noite
20:45 A Promessa - Ep. 64
21:45 Senhora Do Mar - Ep. 155
22:45 Nazaré - Ep. 26

TVI

00:30 Sedução - Ep. 15
02:45 TV Shop
04:30 Os Batanetes
04:50 As Aventuras Do Gato Das Botas
05:15 Diário Da Manhã
08:55 Dois às 10
11:58 TVI Jornal
13:00 TVI - Em Cima da Hora
13:40 A Sentença
14:40 A Herdeira - Ep. 331
15:35 Goucha
16:45 Dilema: Última Hora
18:10 Dilema: Diário
18:57 Jornal Nacional
20:25 Dilema: Especial
21:00 Cacau - Ep. 177
22:00 Morangos Com Açúcar - Ep. 11
22:55 Dilema: Extra

Qualquer alteração à programação que publicamos é da responsabilidade das respectivas estações

signos

Astrólogo Luís Moniz

Site: http://meiodoceu-com-sapo-pt.webnode.pt

CARNEIRO (21/03 a 20/04)

A conjuntura proporciona-lhe a estabilidade necessária para conseguir alcançar patamares mais elevados na carreira. Os contactos estão protegidos.

BALANÇA (23/09 a 23/10)

O momento é propício para estabelecer um relacionamento agradável e produtivo. No entanto, procure desenvolver o diálogo transparente e sincero.

TOURO (21/04 a 20/05)

Podem surgir novidades e alterações relacionadas com a área laboral. Neste sentido, tire tempo para acautelar e reorganizar o sector económico.

ESCORPIÃO (24/10 a 21/11)

A vida amorosa evolui de forma auspiciosa e tudo decorre de acordo com os seus desejos, mas não tenha medo de partilhar as suas profundas emoções.

GÉMEOS (21/05 a 20/06)

A ocasião é ideal para conviver em termos sociais. Contudo, valorize as suas relações de amizade que lhe podem ajudar a manter o seu equilíbrio.

SAGITÁRIO (22/11 a 20/12)

Durante esta fase auspiciosa, cuide da sua aparência e sobretudo crie uma sincronia com a sua alma carente de valores conectados com o Universo.

CARANGUEJO (21/06 a 22/07)

Provavelmente vai criar um ambiente seguro e harmonioso no seu lar, que lhe permita mostrar abertamente os seus sentimentos aos seus familiares.

CAPRICÓRNIO (21/12 a 19/01)

Há uma tendência natural para surgirem oportunidades de conviver com alguém especial, que pode contribuir para a tomada de consciência Espiritual.

LEÃO (23/07 a 22/08)

Atravessa um ciclo de crescimento da sua vida sentimental e profissional em que deve tomar decisões racionais fundamentadas em factos concretos.

AQUÁRIO (20/01 a 19/02)

Sente uma energia poderosa que provoca em si algum nervosismo, porém trata-se de um período oportuno para colocar a sua vida plenamente em ordem.

VIRGEM (23/08 a 22/09)

É uma boa altura para consolidar a sua relação afetiva. Nesta perspetiva, mantenha uma postura compreensiva e evite criticar o outro membro do par.

PEIXES (20/02 a 20/03)

Embora esta seja uma época de reestruturação da sua vida, que lhe pode causar alguns problemas, siga a sua intuição e não adie decisões inadiáveis.

INFORMAÇÕES DE UTILIDADE PÚBLICA

FARMÁCIAS

Ponta Delgada – Farmácia Garcia
Largo 2 de Março 77
Telefone: 296 306 370

Ribeira Grande - Farmácia Ribeirinha
Rua Direita 1ª Parte, Nº1
Telefone: 296 479 202

HOSPITAIS

Ponta Delgada - 296 203 000
Nordeste - 296 488 318 - 296 488 319
Vila Franca - 296 539 420
R. Grande - 296 472 128 - 296 472727
Povoação - 296 585 197 - 296 585 155

POLÍCIA

Ponta Delgada - 296 282 022, 296 205 500 e 296 629 630
Trânsito - 296 284 327
R. Grande 296 472 120, 296 473 410
Lagoa - 296 960 410
Vila Franca - 296 539 312
Furnas - 296 549 040, 296 540 042
Povoação - 296 550 000, 296 550 001, 296 550 005 e 296 550 006
Nordeste - 296 488 115, 296 480 110, 296 480 112 e 296 480 118
Maia - 296 442 444, 296 442 996
R. Peixe - 296 491 163, 296492033
Capelas - 296 298 742, 296 989 433
Santa Maria - 296 820 110, 296 820 111, 296 820 112 e 296 820 110

GNR

Largo Dr. Manuel Carreiro, 9504-514 Ponta Delgada
TelFixo: 296 306 580 / Fax: 296 306 598
Email: ct.acr@gnr.pt

BOMBEIROS

Ponta Delgada - Urgência 296 301 301
Normal 296 301 313
Ginetes - 296950950
Nordeste - 296488111
Vila Franca - 296539900
Ribeira Grande: 296 472318, 296 470100
Lomba da Maia - 296446017, 296446175
Povoação - 296 550050, 296 550052
Centro de Enfermagem Bombeiros de Ponta Delgada
Todos os dias das 17h00 – 20h00
Incluindo Sábados, Domingos e Feriados

MARINHA

Centro de Coordenação de Busca e Salvamento Marítimo (MRCC Delgada)
Tel. 296 281 777
Polícia Marítima de Ponta Delgada (PM Delgada)
Tel. 917 764 428

POLÍCIA MUNICIPAL

Rua Manuel da Ponte, n.º 34
9500 – 085 Ponta Delgada
Tel. 296 304403/91 7570841
Fax: 296 304401
E-Mail: policiamunicipal@mpdelgada.pt

GABINETE DE APOIO À VÍTIMA

296 285 399 (número regional)
07 20 00 77 (número único)
apav.pontadelgada@apav.pt
2.ª a 6.ª das 9:30 às 12:00 e das 13:00 às 17:30

MUSEUS

Ponta Delgada
Museu Carlos Machado
Inverno (de 1 de Outubro a 31 de Março)
Terça a Domingo, das 9h30 às 17h00
Verão (de 1 de Abril a 30 de Setembro)
Terça a Domingo, das 10h00 às 17h30
Museu Hebraico Sahar Hassamaim de Ponta Delgada - Portas do Céu (Sinagoga)
Segunda a Sexta, das 13h00 às 16h30
Museu Militar dos Açores
De 2ª a 6ª feira das 10h00 às 18h00
Sábado e Domingo das 10h00 às 13h30 e das 14h00 às 18h00
Encerrado aos feriados

Ribeira Grande
Museu Municipal
Museu "Casa do Arcano"
Museu da Emigração Açoriana
Museu Vivo do Franciscanismo
Casa Lena Gal
Aberto de 2ª a 6ª - 09h00/17h00

Museu Municipal do Nordeste
Aberto de 2.ª a 6.ª das 09h00 às 12h00 e das 13h00 às 16h00

Povoação
Museu do Trigo
De Segunda a Sexta das 09h00 às 17h00
Sábados, Domingos e Feriados das 11h00 às 16h00

SERVIÇOS CULTURAIS

Ponta Delgada
Biblioteca Pública e Arquivo Regional de Ponta Delgada
Horário de inverno (Outubro a Junho)
De 2.ª a 6.ª das 9h00 às 19h00
Sábado das 14h00 às 19h00
Horário de Verão (Julho a Setembro)
De 2.ª a 6.ª das 9h00 às 17h00
Sábado encerrado
Biblioteca Municipal Ernesto do Canto
Rua Ernesto do Canto s/n 9500-313
Tel: 296 286 879; Fax: 296 281 139
Email: biblioteca@mpdelgada.pt
Horário: 2ª a 6ª feira das 10h00 às 18h00
Horário de verão (durante as férias escolares): 2ª a 6ª feira das 8h30 às 16h30

Ribeira Grande
Arquivo Municipal; Biblioteca Municipal
De 2ª a 6ª feira das 9h00 às 17h00

Povoação
Biblioteca:
De Segunda a Sexta das 09h00 às 17h00

Ribeira Grande
Centro Comunitário e de Juventude de Rabo de Peixe
Teatro Ribeiragrandense
Horário da 2ª a 6ª das 9h00 às 17h00

MISSAS

Semana - 08.00 – *Santuário Senhor Santo Cristo dos Milagres;* **09.00** - *Santuário Senhor Santo Cristo dos Milagres;* **12.30** – *Igreja Paroquial da Matriz (São Sebastião);* **18.00** – *Igreja Imaculado Coração de Maria e Igreja Paroquial de São José;* **19.00** – *Igreja Paroquial de São Pedro, Igreja de Nossa Senhora de Fátima, Igreja de Nossa Senhora da Oliveira - Fajã de Cima (de terça feira à sexta feira) e Igreja Paroquial de Santa Clara (de terça feira à sexta feira)*

Sábado - 08.00 – *Santuário Senhor Santo Cristo dos Milagres;* **12.30** - *Igreja Paroquial da Matriz (São Sebastião);* **16.00** – *Igreja Nª Sra. Das Mercês (Bairros Novos);* **17.00** – *Clínica do Bom Jesus (Suspensa);* **17.30** – *Igreja Imaculado Coração Maria (S. Pedro);* **18.00** – *Igreja Paroquial de S. JOSÉ e Igreja Paroquial de Santa Clara;* **19.00** - *Igreja Paroquial de São Pedro, Igreja Nossa Senhora Fátima e Igreja de Nossa Senhora da Oliveira - Fajã de Cima*

Domingo - 08.00 – *Santuário Senhor Santo Cristo dos Milagres;* **09.00** - *Santuário Senhor Santo Cristo dos Milagres;* **09.30** – *Clínica Do Bom Jesus (Suspensa);* **10.00** – *Igreja Matriz e Igreja Imaculado Coração de Maria (S. Pedro) e Igreja Paroquial Santa Clara;* **10.30** – *Casa de Saúde Nª Sra. Conceição e Hospital Divino Espírito Santo (Suspensa);* **11.00** – *Igreja Paroquial São Pedro e Igreja Paroquial de São José;* **11:30** - *Igreja de Nossa Senhora da Oliveira - Fajã de Cima;* **12.00** – *Igreja Matriz, Santuário Santo Cristo e Igreja Nossa Senhora Fátima;* **12.15** – *Ermida de São Gonçalo (São Pedro)*;* **17.00** – *Igreja Paroquial da Matriz (São Sebastião);* **18.00** – *Igreja Paroquial São José **;* **19.00** – *Igreja Paroquial São Pedro*

** Não há no mês de Agosto*
*** Nos meses de Julho e Agosto não haverá Eucaristia Dominical às 18h, na Igreja de São José. Esta será retomada no 1º Domingo do mês de Setembro.*

TABELA DAS MARÉS

5:37 - Preia-mar
11:30 - Baixa-mar
17:53 - Preia-mar
23:52 - Baixa-mar

A desastrosa rentrée da cultura

ALEXANDRA MANES

Setembro traz sempre consigo um ar fresco de quem anuncia a vinda de dias mais frios,

e o regresso à normalidade para muitas pessoas. Entre as que regressam, destaque para a classe política, que habitualmente usa o mês de agosto como ponto de descanso. Mesmo que isso implique abandonar o país em tempo de crise na saúde, ou testar o conforto da toalha de praia enquanto a ilha arde. Dentro desses regressos ao trabalho, verificam-se algumas novidades nas estratégias a implementar. Exemplo

evidente é o caso da cultura nos Açores, que parece ter acordado de um coma profundo nos últimos meses, tentando aparecer e dar um ar de normalidade, com entrevistas recentes da secretária que nunca quis ser, e da sua diretora que muitas pessoas desconhecem.

Sandra Garcia, a atual diretora regional da cultura dos Açores, surge em grande plano, numa reportagem de duas páginas no Açoriano Oriental, onde fala de património cultural, setor lamentavelmente moribundo, muito por inação de recentes governações, e falta de mérito de quem as orienta.

A primeira chamada do jornal remete-nos para os números de visitantes nos museus da Região. Aumentaram, uma vez mais, face aos baixos resultados de 2019, último ano antes da pandemia. Uma boa novidade, fruto do trabalho técnico de excelência dos funcionários que vão aguentando o barco em afundamento que é aquela direção regional. Só que, na mesma reportagem, alerta-se o leitor para o facto de o serviço que faz o registo de visitantes não estar preparado para diferenciar entre turistas e outras tipologias de visitantes, algo que, em princípio, implicaria uma mudança básica naquele sistema, e que ainda não foi feita, vá-se lá saber porquê.

É um assunto de pouca importância, mas parece-me sintomático, refletindo a doença

terminal de que sofre a cultura insular. Sandra Garcia reconhece que o aumento de visitantes é, naturalmente, espelho do aumento do turismo na Região, mas na mesma frase afirma que é também consequência dos investimentos que foram feitos nas estruturas museológicas.

Quem a ler, deverá perguntar: e o que é que foi feito? Sandra Garcia menciona trabalhos em Santa Maria e São Jorge, que podemos apenas inferir serem referentes aos novos núcleos museológicos, empreitadas preparadas há quase uma década, preconizadas por executivos anteriores, e sem qualquer intervenção dos atuais governantes, a não ser na assinatura dos papéis e no cortar das fitas. Conforme já tive oportunidade de escrever, noutra crónica, o que Bolieiro e a sua equipa fazem de melhor é cortar fitas que não penduraram.

O desinvestimento nas estruturas museológicas é fruto desta coligação. Chove dentro

das bibliotecas e dos museus. Há falta de acessibilidades, telhas caídas, paredes cheias de humidade e estruturalmente inseguras. Há quadros de eletricidade em risco de incêndio. Funcionárias e funcionários cronicamente cansados, que recebem mal, vítimas de chefias impreparadas.

Quantos museus e bibliotecas terão os planos de segurança, obrigatórios, devidamente

atualizados? Quais as instituições que contam com planos de emergência? Planos de conservação preventiva? Ou mesmo planos museológicos, ferramentas essenciais e totalmente ignoradas pela tutela em vigor?

Sandra Garcia galvaniza e reconhece o trabalho dos museus e das bibliotecas, mas não refere que o sucesso que é alcançado, tem sido feito à revelia da falta de condições que ela, e os seus antecessores, fizeram questão em garantir. Ainda nesse sentido, os três únicos projetos por ela destacados são obras de outrem.

A “Joia Açoriana” e a “campanha de comunicação”, sobre inspiração advinda da visitação aos museus, são resultados de iniciativas internas, que para se concretizarem fizeram o caminho das pedras, recebendo pouco apoio político; ao passo que “Diário de Bordo”, de Duarte Chaves, apresentou resultados paupérrimos, por ele próprio anunciados, na sua derradeira entrevista enquanto diretor regional. Nem valerá a pena perguntar onde estão os resultados das iniciativas do património imaterial, supostamente comunicadas no final de 2023 e que, um ano depois, ainda não apresentaram conclusões.

A reportagem do Açoriano Oriental termina, na segunda página dedicada à cultura, anunciando uma providência cautelar interposta ao concurso para o lugar de direção no Arquipélago – Centro de Artes Contemporâneas, o que terá levado a que o processo aguarde decisão judicial. Sandra Garcia não comenta o assunto de forma direta, o que é compreensível, dada a natureza do mesmo. Mas talvez seja de comentar o facto de este não ser o único concurso que aguarda decisões e desenvolvimentos dentro daquela direção regional.

Uma breve passagem pela Bolsa de Emprego Público nos Açores permite a qualquer Pessoa reconhecer que o património cultural aguarda chefia, pelo menos desde o começo de 2024. O concurso para aquela divisão foi aberto em janeiro, e está parado desde então, mesmo sem providências cautelares de que tenhamos conhecimento. Resta saber se a paragem se prende com o tempo que as senhoras responsáveis estão a demorar para escolher a dedo quem lá querem colocar. A julgar pelas escolhas já tomadas, noutros processos semelhantes na cultura, nada de bom virá de uma decisão tão demorada.

Até lá, a cultura regressa ao olhar do público, primeiro pela entrevista de Sofia Ribeiro, que não é honesta com os apoios aos agentes culturais, e agora pelo olhar de Sandra Garcia, mencionando resultados, enquanto esconde as infelizes realidades de quem lá trabalha, ao invés de quem a finge gerir.

Uma reentrada que espelha bem a permanência do desastre daquela direção regional, que já nem a podemos chamar de parente pobre. A cultura está é órfã.

Desengane-se quem considerar que tenho algo pessoal contra as sras. secretária e diretora. Tenho sim, contra as medidas políticas, dos últimos anos, que levaram à orfandande da Cultura.

Von der Leyen recebe relatório sobre futuro da Agricultura na União

A presidente da Comissão Europeia, Ursula von der Leyen, recebeu o relatório final do diálogo estratégico sobre o futuro da agricultura na UE, que lhe foi entregue pelo presidente do grupo, o Professor Peter Strohschneider. Intitulado «Uma perspetiva comum para o futuro da agricultura e do setor alimentar na Europa», o relatório apresenta os resultados de um trabalho de avaliação dos desafios e oportunidades, seguidos de um conjunto de recomendações.

Estas recomendações serão tidas em conta pela Comissão no âmbito do processo de reflexão por ela levada a cabo para definir uma visão para o futuro da agricultura e do setor alimentar, que será apresentada nos primeiros 100 dias do segundo mandato da presidente Ursula von der Leyen.A Comissão reconhece o importante trabalho levado a cabo pelos 29 membros do diálogo estratégico desde o lançamento do grupo, em janeiro de 2024, pela presidente von der Leyen, e o empenhamento construtivo dos seus membros em finalizar — e aprovar por unanimidade — o respectivo relatório final. Os resultados «presentados demonstram que é possível criar um consenso entre os principais interesses dos intervenientes em toda a cadeia agroa-limentar, mesmo num momento que se caracteriza por uma polarização crescente em torno do debate público sobre as questões agroa-limentares.

O relatório do diálogo considera que a produção alimentar e agrícola constitui um elemento essencial para a segurança europeia e que a diversidade do setor alimentar e da agricultura europeias constitui um trunfo importante. Os membros do diálogo estratégico estão de acordo quanto ao facto de a sustentabilidade económica, ambiental e social do setor agroalimentar se poder reforçar mutuamente, especialmente quando apoiada pela adoção de medidas políticas coerentes. O relatório salienta também o papel dos mercados, dos hábitos alimentares e da inovação enquanto fatores suscetíveis de promover a sustentabilidade.

ESTATUTO EDITORIAL

1 - O Atlântico Expresso define-se como um órgão de comunicação social de informação regional.

2- O Atlântico Expresso orienta-se por critérios de rigor e criatividade editorial, sem qualquer dependência de ordem ideológica, política e económica.

3- O Atlântico Expresso afirma-se ainda como um porta-voz dos princípios e valores defendidos e aceites pelos Açoreanos na defesa da sua Autonomia e no integral respeito pelos princípios consagrados na Constituição da República.

4 - O Atlântico Expresso procurará veicular temas sociais, políticos e culturais diversificados, correspondendo às motivações e interesses de um público plural, debatendo ideias suscetíveis de promoverem o enriquecimento da opinião pública, sempre norteados pelos valores éticos e cívicos.

5 - O Atlântico Expresso procurará veicular informação referentes às comunidades de emigrantes açorianas nos EUA e do Canadá, correspondendo assim ao interesse de um público leitor que pretende manter e aprofundar a relação existente com as grandes comunidades açorianas de radicadas naqueles países compromete-se a assegurar o respeito pelos princípios deontológicos e pela ética profissional dos jornalistas.

6 - O Atlântico Expresso compromete-se a assegurar o respeito pelos princípios deontológicos e pela ética profissional dos jornalistas, assim como a boa-fé dos seus leitores.

Ficha Técnica

Atlântico Expresso

Jornal Semanário
Registo N.º 111846
Tiragem desta edição - 4.100 exemplares
Editor - Gráfica Açoreana, Lda.
Rua Dr. João Francisco de Sousa n.º 16 - Ponta Delgada
Propriedade: Gráfica Açoreana, Lda. **Contribuinte:** 512005915
Número de Registo: 200915 **Conselho de Gerência:** Américo Natalino de Viveiros, Paulo Hugo Falcão Pereira de Viveiros, Dinis Ponte **Capital Social:** 323.669,97 Euros **Sócios com mais de 5% do capital da empresa** - Américo Natalino de Viveiros, Octaviano Geraldo Cabral Mota e Paulo Hugo Viveiros.

Director: Américo Natalino Viveiros **Director Adjunto:** Santos Narciso **Sudirector:** João Paz **Chefe de Redacção:** Nélia Câmara **Redacção**: Marco Sousa, Carlota Pimentel, José Pinho Valente (desporto), **Fotografia:** Pedro Monteiro **Revisão:** Rui Leite Melo **Marketing:** Madalena Oliveirinha, Pedro Raposo **Paginação**, **Composição e Montagem:** João Carlos Sousa, Luís Filipe Craveiro, Miguel Sousa **Colaboradores:** Eugénio Rosa (economia), Ricardo Cunha Teixeira, João Luís de Medeiros, João Carlos Tavares, Diniz Borges, Manuel Calado, Manuel M. Esteves, Manuel Estrela, José Händel Oliveira, Natividade e Carlos Ledo, Orlando Fernandes, Rogério Oliveira, Félix Rodrigues, Gilberto Vieira, Cristina Tavares
Impressão: Gráfica Açoreana, Lda.
Rua João Francisco de Sousa n.º 16 - Ponta Delgada
Telefones: Administração - 296 709886; Redacção - 296 709882/296 709883
E-mail: atlanticoexpresso@correiodosacores.pt

Governo dos Açores
Esta publicação tem o apoio do PROMEDIA - *Programa Regional de Apoio à Comunicação Social Privada*

Atlântico Expresso

ÚLTIMA PÁGINA

Segunda-feira, 9 de Setembro de 2024

Velas de São Jorge vai estar na ilha do Sal para promover a 'Nossa Terra' como um destino turístico de natureza

Depois do sucesso da realização da 1ª edição das Jornadas Atlânticas de Turismo – JAT, nas Velas, em São Jorge, em 2023, realiza-se nos próximos dias 10 e 11 de Setembro a 2ª edição na Ilha do Sal, em Cabo Verde e na qual participará o Presidente do Município de Velas, Luís Silveira.

A autarquia recorda que este é um evento que surge no âmbito da geminação entre os Municípios das Velas (Açores), Sal (Cabo Verde) e Porto Santo (Madeira), sendo que este último irá receber a 3ª edição das Jornadas em 2025.

O Município de Velas continua assim empenhado em promover a Nossa Terra como um destino Turístico de Natureza, não só pelas suas belezas naturais, mas também pela sua arquitetura ímpar, ou até mesmo pela sua gastronomia, coroada com o Queijo de São Jorge com mais de 500 Anos de História.

Para Luís Silveira, o Turismo é um setor que continua em crescimento e de todo importante para a economia local, possibilitando a geração de riqueza e a criação de mais postos de trabalho e, em simultâneo, fixando mais pessoas na Nossa Terra.

Entende o Autarca que, sendo este um setor crucial, é necessário geri-lo com enfoque na sustentabilidade, promovendo atividades que respeitam o ambiente, com a preservação dos seus ecossistema, numa coexistência harmoniosa entre o homem e a natureza, assegurando que este património natural e cultural seja protegido para as gerações vindouras.

A II Edição das Jornadas Atlânticas de Turismo – JAT será composta por três painéis, sendo que o primeiro abordará o tema "A competitividade como fundamento da sustentabilidade turística", tendo como orador convidado em representação do Municipio de Velas, o Secretário Regional do Ambiente e Ação Climática, Alonso Miguel.

O segundo painel terá como tema "Cidades Resorts, um elemento essencial do Turismo nas Ilhas Atlânticas" e terá como orador o empresário de turismo jorgense António Pedroso.

Já o terceiro painel versará sobre a apresentação da marca Turismo dos 3 destinos, com a intervenção do Presidente do Conselho de Administração da Visit Azores, Luís Capdeville Botelho.

Refira-se que a edição 2024 das JAT contará com a presença de alguns empresários Jorgenses ligados ao setor do turismo, bem como do setor empresarial, com presenças já confirmadas de representantes da SATA, do Turismo de Portugal, entre outros.

As Jornadas Atlânticas de Turismo – JAT além de servirem como espaço privilegiado de debate, intercâmbios, trocas e partilhas em diferentes domínios, terão ainda vários momentos musicais, promovendo assim a cultura destes três Arquipélagos.

Para o Presidente do Município de Velas estas jornadas servirão para cimentar ainda mais as relações entre Municípios, nomeadamente entre Arquipélagos e Ilhas, sendo que as especificidades e necessidades de cada um acabam por ser comuns em muitos aspetos nestes três destinos que são Reserva da Biosfera, que comungam de um potencial de recursos, proporcionando experiências turísticas em vários segmentos, desde logo históricos, culturais, de natureza, ecoturismo, desportos náuticos, entre outros, o que tem tornado os três destinos uma referência e reconhecidos a nível internacional.

Escaravelho japonês em debate na UAc

A Universidade dos Açores (UAc) realiza nos dias 12 e 13 de Setembro uma reunião com quarenta e dois investigadores do projeto IPM-Popillia, no campus de Ponta Delgada. Este projeto, financiado pela Comunidade Europeia no âmbito do programa Horizonte 2020 (H2020), conta com mais de cinco milhões de euros e reúne instituições de investigação de seis países europeus afectados ou em risco pela expansão do escaravelho japonês, Popillia japonica: Itália, Suiça, França, Alemanha, Áustria e os Açores, onde esta praga foi detectada há cerca de meio século.

Durante este encontro, será apresentada a investigação em curso sobre os temas em estudo no projecto. A equipa de investigação de agentes biológicos para controlo de pragas do Centro de Biotecnologia dos Açores (CBA) da UAc está particularmente envolvida no estudo das condições ambientais que propiciam ou dificultam a dispersão do insecto, bem como na procura de controladores biológicos mais eficazes para a redução da praga.

DPOC continua a ser uma doença silenciosa para a saúde pública e 90% dos casos são de fumadores

A Sociedade Portuguesa de Pneumologia (SPP) vai avaliar, com o apoio da GSK, a prevalência da Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC) em Portugal. O projecto pretende apurar o impacto da DPOC no nosso país, qual o grau de gravidade da doença e quantas pessoas apresentam factores de risco para o desenvolvimento desta patologia respiratória. Os primeiros resultados deverão ser conhecidos no final de 2025 / início de 2026.

Esta é uma doença pouco conhecida pelos portugueses. De acordo com um estudo feito pela SPP em 2022, mais de 70% dos portugueses nunca ouviram falar da Doença Pulmonar Obstrutiva Crónica (DPOC), apesar de esta ser a terceira causa de morte a nível mundial e a quinta em Portugal.

António Morais, presidente da SPP, citado em nota, afirma que "esta parceria traduz uma necessidade de saúde pública: conhecer a realidade da DPOC em Portugal, uma vez que o último estudo deste género que foi feito no nosso país já tem cerca de uma década e incidiu apenas na região de Lisboa. Nestes 10 anos que passaram a população mudou, está mais envelhecida e de modo a tomarmos as devidas medidas de prevenção e tratamento, temos de conhecer melhor a nossa realidade. Adicionalmente, vai ser o primeiro estudo a nível mundial a incluir indivíduos acima dos 20 anos, englobando assim os mais recentes conceitos da DPOC" .

Neuza Teixeira, directora médica da GSK Portugal, também citada, refere que "é com enorme satisfação que a GSK apoia a realização deste estudo, que é um projeto tanto ambicioso quanto necessário. O compromisso da GSK com a saúde respiratória é já conhecido e continuamos a tentar sempre ir mais além nesta área, quer na investigação que desenvolvemos, quer no apoio que damos a iniciativas de enorme valor científico e clínico, como é o caso deste estudo. Acreditamos que o impacto que terá no tratamento da DPOC em Portugal será, sem dúvida, transformador".

A DPOC é uma doença progressiva que limita o fluxo de ar nos pulmões, dificultando a respiração. Os principais fatores de risco são o tabagismo e a exposição a poluentes atmosféricos, como o fumo do tabaco passivo e o pó industrial. Com uma prevalência estimada de cerca de 5,4% em Portugal e uma taxa de mortalidade significativa, a DPOC continua a ser uma ameaça silenciosa para a saúde pública.

Com uma taxa de mortalidade de cerca de 8,7 por 100.000 habitantes, a DPOC é uma doença respiratória crónica que pode limitar a capacidade das pessoas para realizar actividades diárias normais. Aparece, em 90% dos casos, em fumadores e foi responsável por mais de 2.600 óbitos em Portugal em 2021.